Ibn Qayyim Al-Jauziyah

Pengobatan Alami
Cara Nabi

"Allah yang menurunkan penyakit, Allah juga yang menurunkan obat sesuai yang dikehendaki-Nya"
(HR. Abu Hurairah)

PENGOBATAN
ALAMI CARA NABI

PENGOBATAN ALAMI CARA NABI

"Allah yang menurunkan penyakit, Allah juga yang menurunkan obat sesuai yang dikehendaki-Nya"
(HR. Abu Hurairah)

PENGOBATAN ALAMI CARA NABI

Diterjemahkan dari buku asli
The Prophetic Medicine
Darul Ishaat, Karachi, Pakistan, 1997.

Penulis : Ibn Qayyim Al-Jauziyah
Penerjemah : Ahmad Asnawi
Pemeriksa Aksara : Qoni'ah
Tata Letak : Arifin Zaein
Kulit Muka : Ardhi

PERPUSTAKAAN NASIONAL: Katalog Dalam Terbitan (KDT

ISBN :978-623-7330-63-9 (PDF)
474 halaman; 14 X 20 cm
Edisi: 2019

Edisi Digital Diterbitkan Oleh:
DESA PUSTAKA INDONESIA
Krajan 1, RT. 02, RW. 01, Soropadan, Pringsurat, Temanggung, Jawa Tengah.
desapustaka@gmail.com

DAFTAR ISI

BAGIAN II
PENGOBATAN DENGAN RUQYAH DAN OBAT-OBATAN ALAMIAH ~ 181

BAGIAN III
DAFTAR NAMA OBAT-OBATAN DAN AMALAN PENYEMBUHAN DISUSUN BERDASARKAN URUTAN HURUF ABJAD ARAB ~ 323

PRAKATA

ISLAM adalah agama yang memiliki kitab suci, yaitu Al-Quran. Umat Islam meyakini bahwa Al-Quran adalah wahyu Allah kepada Nabi Muhammad s.a.w untuk membimbing umat manusia. Karena bersumber dari Allah, Al-Quran memiliki otoritas tertinggi. Ia memuat seluruh kebenaran yang mengatur seluruh aspek hidup manusia.

Karena itu, teladan Nabi (Sunnah) selama berabad-abad telah menjadi panduan bagi kehidupan sehari-hari dan benteng bagi umat terhadap kebudayaan di luar Islam.

Nabi s.a.w bukan hanya pendiri dan pengatur masyarakat. Beliau adalah model bagi umat Islam. Sudah menjadi aksioma dalam agama bahwa setiap tindakan Beliau sejak turunnya wahyu pertama dijaga oleh Allah dari kesalahan. Jika tidak demikian, maka wahyu itu sendiri akan diragukan, sesuatu yang tidak akan pernah Allah ijinkan. Karena itu tindakan terkecil Nabi adalah hasil bimbingan wahyu dank arena itu sarat nilai moral. Segala sesuatu yang dilakukan dan diucapkan Nabi adalah bagian dari Sunnah Beliau: perlakuan Beliau terhadap anak-anak, cara Beliau berbuka puasa, menggosok gigi, dan memelihara janggut, semua patut dipelajari dan diteladai.

Melestarikan Sunnah berarti menjaga kelangsungan agama Islam itu sendiri. Salah satu cara terpenting untuk melakukan ini ialah dengan mempelajari hadits.

Buku ini berusaha membuka wawasan tentang bagaimana praktik pengobatan dilakukan di zaman Nabi s.a.w. Yang ditekankan tentu saja

pola-pola pengobatannya, bukan kajian ilmiah tentang pengobatan. Semoga Allah memberikan taufik-Nya.

F. Amira Zrein Matraji

PEMBUKA

*Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih
dan Maha Penyayang.*

SEGALA puji bagi Allah yang mencipta dan menjaga dunia ini. Shalawat dan salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad s.a.w, keluarga dan para sahabatnya.

Buku ini berisi cara-cara pengobatan Nabi s.a.w yang pernah beliau gunakan untuk diri beliau sendiri dan atau yang pernah beliau resepkan untuk orang lain. Di dalam cara pengobatan tersebut terkandung suatu rahasia yang banyak di antaranya belum bisa dijangkau oleh para dokter ahli sekalipun. Dengan kekuatan dan pertolongan dari Allah, penulis akan memulai pembahasan ini.

JENIS PENYAKIT

Ada dua jenis penyakit, yaitu penyakit hati dan penyakit jasmani. Keduanya disebutkan di dalam Al-Quran.

Penyakit yang bersemayam di hati ada dua macam: *Pertama*, penyakit *syubhat* yang disertai keraguan dan *kedua*, *syahwat* yang disertai kesesatan. Al-Quran menyebutkan kedua penyakit tersebut di dalam firman Allah SWT sebagai berikut.

> *Dalam hati mereka ada penyakit, lalu Allah menambahkan penyakit mereka. (QS. Al-Baqarah: 10)*

Supaya orang-orang yang di dalam hatinya ada penyakit dan orang-orang kafir (mengatakan), "Apakah yang dikehendaki Allah dengan bilangan ini sebagai perumpamaan." (QS. Al-Muddatstsir: 31)

Allah juga berfirman tentang orang-orang yang tidak mau menjadikan Al-Quran dan Sunnah sebagai dasar keputusan-keputusan mereka.

Dan ketika mereka diseru kepada Allah (yakni firman-firman-Nya, Al-Quran) dan Rasul-Nya, yaitu agar menegakkan hukum di antara mereka, tiba-tiba sebagian dari mereka menolak untuk datang. Namun, apabila keputusan itu menguntungkan, mereka akan datang kepada Rasul dengan patuh. Apakah di dalam hati mereka terdapat penyakit, ataukah mereka ragu, ataukah mereka khawatir bahwa Allah dan Rasul-Nya akan berlaku zalim terhadap mereka? Sebaliknya, merekalah orang-orang yang zalim. (QS. An-Nur: 48-50)

Tentang penyakit syahwat, dalam hal ini perzinahan, Allah SWT berfirman:

Wahai para istri Nabi, kalian tidak sama dengan wanita muslimah mana pun jika kalian bertakwa. Karenanya, janganlah kalian berbicara (terlalu) lembut sehingga menimbulkan keinginan kuat kaum lelaki yang dalam hatinya terdapat penyakit. (QS. Al-Ahzab: 32)

Tentang penyakit jasmani, Allah SWT berfirman:

Tak ada halangan bagi orang buta, tak ada halangan bagi orang pincang, dan tak ada halangan bagi orang sakit. (QS. An- Nur: 61)

Ayat di atas menunjukkan adanya penyakit-penyakit yang dapat menyerang orang saat melaksanakan ibadah haji, puasa atau bersuci. Ayat ini mengandung rahasia dan hikmah yang besar, menunjukkan

keagungan dan hikmah ilahiah Al-Quran, serta kemungkinan untuk tidak menggunakan kitab lain bagi orang-orang yang memiliki pemahaman yang mendalam dan luas tentang maknanya.

Ilmu kedokteran meliputi tiga aturan dasar, yakni pemeliharaan kesehatan, pencegahan dari zat-zat merugikan dan pembebasan tubuh dari zat-zat merugikan. Allah menyebut tiga prinsip dasar ini berkenaan dengan pelaksaan ibadah haji, puasa dan bersuci yang disebutkan di atas

> *Maka jika di antara kalian ada yang menderita sakit atau berada dalam perjalanan (sehingga ia membatalkan puasanya), hendaklah ia (menggantikan puasanya) sebanyak hari yang ia tinggalkan pada hari-hari lainnya.* (QS. Al-Baqarah: 184)

Allah mengizinkan orang sakit membatalkan puasanya. Allah juga membolehkan musafir membatalkan puasanya untuk menjaga kesehatan dan kekuatannya selama perjalanan karena pada saat itu ia membutuhkan gizi untuk menopang energi tubuh mereka. Allah SWT berfirman dalam ayat tentang haji:

> *Jika di antara kalian menderita sakit atau terdapat luka (penyakit) di kepalanya (lalu ia bercukur), ia harus membayar fidyah, yaitu berpuasa (tiga hari), memberikan sedekah (memberi makan enam orang miskin atau melaksanakan korban (seekor biri-biri). (QS. Al-Baqarah: 196)*

Allah membolehkan orang sakit, penderita sakit kepala atau penderita (penyakit) kepala sensitif untuk mencukur rambut yang secara normal terlarang sewaktu melakukan ihram. Dalam hal ini, mencukur rambut dan menampakkan kulit kepala dapat menghilangkan zat-zat merugikan yang mengendap di balik rambut sehingga penderita dapat membebaskan diri dari penyakitnya dan pulih dari kondisi buruk yang disebabkan oleh rambutnya. Ini merupakan contoh cara membebaskan tubuh dari zat-zat berbahaya. Ini lebih utama dibandingkan dengan aturan umum, yakni tak diizinkan mencukur

rambut ketika sedang ihram.

Ada sepuluh zat yang dapat membahayakan tubuh jika mendekam, kecuali tubuh mampu mengatasinya:

- darah ketika sudah bergejolak
- sperma
- urine/air seni
- tinja
- kentut/udara
- muntah
- bersin
- rasa kantuk
- rasa lapar
- rasa haus

Jika salah satu dari sepuluh zat di atas ditahan, dapat menimbulkan penyakit. Firman Allah yang membolehkan mencukur rambut untuk menghilangkan zat-zat yang merugikan kulit kepala mengilhami para hamba-Nya untuk menggunakan praktik yang sama guna menghilangkan zat-zat berbahaya yang disebabkan oleh penyakit-penyakit lain.

Mengenai tindakan pencegahan, Allah SWT berfirman dalam ayat tentang wudhu:

> *Jika kalian sedang sakit, sedang dalam perjalanan, membuang hajat atau melakukan hubungan seksual dengan istri, namun tidak menemukan air maka hendaklah bertayamum dengan tanah (debu) yang bersih, lalu usaplah wajah dan kedua tanganmu.* (QS. An-Nisa: 43)

Allah membolehkan orang sakit menggunakan debu yang bersih sebagai ganti air untuk berwudhu. Hal ini dapat menghindarkan tubuhnya dari infeksi.

Ayat di atas menjadi contoh bagi setiap jenis tindakan pencegahan untuk melindungi tubuh dari zat-zat berbahaya yang masuk ke tubuh

seseorang atau yang diproduksi tubuhnya.

Allah – segala puji hanya untuk Dia – telah menekankan tiga aturan dasar ilmu kedokteran yang telah disebutkan di atas.

Sekarang kami akan memberikan beberapa contoh yang membuktikan bahwa pengobatan Nabi lebih unggul dan lebih komprehensif dibandingkan dengan metode pengobatan lain.

Memberikan obat yang tepat bagi penyakit hati hanya dapat dilakukan para Nabi dan Rasul Allah as. Hati akan baik jika memperoleh pengetahuan tentang Tuhan berikut nama-nama, sifat-sifat, perbuatan-perbuatan dan perintah-perintah-Nya. Hati juga akan menjadi lebih baik jika orang lebih mengutamakan upaya untuk meraih keridhaan Allah dan lebih mengutamakan apa yang disukai-Nya serta menghindari larangan-larangan dan perbuatan-perbuatan yang dapat menimbulkan kemurkaan-Nya. Tidak akan tercapai kesehatan atau kebahagiaan hati kecuali melalui metode yang hanya diberikan para Rasul. Keliru jika orang mengira ia dapat mencapai kebahagiaan hati melalui jalan lain selain petunjuk dari para Rasul Allah. Kesalahan-kesalahan ini terjadi akibat dikacaukannya jalan menuju kebahagiaan sejati dengan jalan mencari kepuasaan serta mendahulukan nafsu syahwat hewani. Akibatnya, hati semakin jauh dari kebahagiaan dan kesehatan hakiki. Orang yang tak dapat membedakan dua jalan ini seharusnya menangisi hatinya karena sesungguhnya hatinya telah mati. Hatinya tenggelam dalam samudra kegelapan.

PENGOBATAN PENYAKIT JASMANI

PENGOBATAN penyakit jasmani ada dua macam. Yang pertama adalah cara pengobatan yang telah Allah ilhamkan pada manusia dan binatang. Untuk mengobati rasa lapar, rasa haus, kedinginan dan keletihan, manusia tidak membutuhkan dokter.

Yang kedua adalah pengobatan yang membutuhkan analisa dan diagnosa, menuntut ketahanan menghadapi penyakit serta mengurangi kondisi yang diderita tubuh, misalnya demam, panas, dingin, kering atau komplikasi gejala-gejala tersebut. Bentuk penyakit kategori ini ada dua: fisik dan kondiktif. Penyakit-penyakit ini timbul akibat masuknya suatu unsur ke dalam tubuh atau akibat kejadian tertentu. Perbedaannya, penyakit kondiktif terjadi setelah penyebab-penyebab fisik hilang, tetapi dampaknya masih ada pada sistem metabolisme tubuh seseorang. Penyakit fisik terjadi saat materi masih mendekam dalam tubuh. Yang harus diperhatikan perihal penyakit fisik ini: pertama, penyebabnya; kedua, diagnosa penyakit itu sendiri; dan ketiga, penyembuhan/pengobatannya.

Penyakit kondiktif adalah penyakit yang mempengaruhi dan menyebabkan beberapa perubahan dalam organ-organ tubuh, baik itu bentuknya, rongganya, pembuluh darahnya, kekesatan kulitnya, iritasi, jumlah selnya maupun tulangnya. Jika organ-organ yang secara kolektif membentuk tubuh ini bekerja dengan wajar, maka dianggap berada

dalam kondisi normal. Sebaliknya, jika organ-organ itu mengalami perubahan, disebut kelainan. Penyakit-penyakit fisik dan kondiktif termasuk dalam penyakit-penyakit umum.

Penyakit-penyakit fisik mempengaruhi sistem metabolisme tubuh melebihi batas kelayakan. Fenomena ini disebut penyakit setelah menimbulkan kerusakan fisik. Penyakit ini meliputi delapan macam. Empat di antaranya sederhana dan empat lainnya komplikasi. Bentuk-bentuk yang sederhana meliputi dingin, panas, lembab dan kering. Bentuk-bentuk komplikasi meliputi panas dan lembab, panas dan kering, dingin dan lembab atau dingin dan kering. Penyakit ini bisa terjadi karena fisik ataupun karena hal lain.

Tubuh bisa berada dalam tiga kondisi, yakni kondisi normal, tidak normal dan kondisi antara normal dan tidak normal. Kondisi tubuh normal adalah saat tubuh sehat; kondisi kedua terjadi ketika sakit; dan kondisi ketiga adalah kondisi antara normal dan tidak normal, karena kondisi normal tidak dapat langsung menjadi tidak normal, atau sebaliknya, tanpa melalui kondisi ketiga.

Ada penyebab internal bagi kondisi tidak normal yang dialami tubuh, yakni dingin, panas, lembab dan kering. Juga ada penyebab eksternal bagi kondisi tidak normal yang membuat tubuh rentan terserang penyakit karena tubuh mungkin menerima penyebab itu atau mungkin tidak mau menerima.

Gangguan yang mengancam kesehatan tubuh dapat diakibatkan oleh kelainan dalam sistem metabolisme tubuh, penyakit yang menyerang suatu organ atau kelemahan daya tahan tubuh. Ini semua disebabkan oleh peningkatan kestabilan tubuh yang tidak semestinya atau penurunan kestabilan tubuh yang seharusnya tidak terjadi. Juga, perekatan hubungan organ-organ dapat menjadi penyebabnya, apalagi hubungan tersebut esensial, atau pergeseran organ tubuh yang seharusnya tidak bergeser. Penyakit juga dapat terjadi akibat ekspansi sistem metabolisme yang tidak seharusnya terjadi atau suatu perubahan letak dan bentuk organ tubuh yang menyimpang

dari kewajaran.

Seorang dokter adalah orang yang dapat merenggangkan organ tubuh yang kerekatannya dapat merugikan tubuh atau sebaliknya. Dokter mengurangi kestabilan yang dapat menyebabkan kerugian jika mengalami peningkatan dan menambah kestabilan yang dapat menimbulkan kerugian jika mengalami penurunan. Karena itu, dokter dapat memulihkan kesehatan yang hilang atau mempertahankannya setelah pulih dan membantu menangkal penyakit dengan penangkalnya atau melalui tindakan pencegahan yang benar. Anda dapat mengetahui semua ini melalui petunjuk dan nasihat Nabi s.a.w, tentu saja dengan kehendak, kekuasaan dan pertolongan Allah SWT.

PETUNJUK NABI UNTUK MENGOBATI DIRI SENDIRI

Nabi s.a.w memberi petunjuk tentang cara mengobati diri beliau sendiri, keluarganya dan para sahabatnya. Jenis obat yang digunakan Rasulullah s.a.w dan sahabat-sahabatnya tidak berupa campuran kimia yang biasa disebut *aqrabathayn.* Sebagian besar obat mereka adalah makanan sehat non-kimiawi. Mungkin, mereka menambahkan bahan lain untuk membuat obat terasa lebih enak. Obat-obat ini lazim dikonsumsi penduduk beberapa bangsa seperti Arab, Turki, India dan bangsa-bangsa pengembara. Bangsa Romawi dan Yunani gemar menggunakan campuran bahan-bahan kimia sementara pengobatan di India secara umum juga berupa makanan sehat non-kimiawi.

Para ahli kesehatan setuju bahwa jika penyakit dapat diobati dengan makanan sehat, maka penggunaan obat kalau bisa dihindari. Jika terpaksa menggunakan obat, sedapat mungkin obat itu adalah obat sederhana. Tubuh akan dirugikan jika dokter memberikan obat kimia. Karena jika obat yang diberikan tidak bisa diterima tubuh atau tidak sesuai dengan penyakitnya, penyakit yang diderita tak dapat sembuh, sedangkan kelebihan dosis juga akan membahayakan kesehatan.

Dokter-dokter yang sudah berpengalaman sering menggunakan obat-obat sederhana yang hanya mengandung salah satu dari tiga unsur kesehatan. Obat seharusnya sama atau berkaitan dengan

makanan yang biasa dikonsumsi pasien. Bangsa-bangsa yang mengonsumsi satu atau hanya sedikit jenis makanan sehat umumnya jarang menderita penyakit dan pengobatan mereka juga sederhana. Orang-orang yang hidup di kota-kota dan makanannya kompleks membutuhkan obat kimia yang terdiri dari campuran beberapa unsur karena sangat sesuai dengan penyakit mereka. Penyakit orang gurun dan stepa biasanya sederhana, dan obat yang sesuai untuk mereka pun obat-obatan yang sederhana. Ini adalah bukti yang sesuai dengan ilmu kedokteran.

Pengobatan Nabi memiliki unsur ilahiah. Unsur ini membuat perbandingan antara pengobatan Nabi dengan pengobatan dokter mirip dengan perbandingan antara pengobatan dokter dengan pengobatan tradisional. Para ahli kesehatan terbaik mengakui fakta ini. Ilmu kesehatan yang mereka kuasai merupakan hasil dari analogi, eksperimentasi, ilham/wangsit, visi dan hipotesis. Sebagian di antara mereka menyatakan bahwa ilmu pengetahuan dipelajari lewat dunia binatang. Misalnya, mereka mengamati kucing yang menelan hewan berbisa. Kemudian kucing ini menjilat minyak di lampu untuk menetralisir bisa hewan yang dimakannya. Mereka juga mengamati seekor ular yang keluar dari liang dengan pandangan mata kabur. Kemudian ular tersebut menggosokkan matanya pada dedaunan adas untuk menyembuhkan matanya. Mereka juga mengamati beberapa burung yang meminum air laut ketika suhu tubuhnya terlalu panas. Masih banyak contoh serupa yang dilakukan para dokter dalam hal mengamati alam.

Ilmu kedokteran sebagaimana dikemukakan di atas tak sebanding dengan wahyu yang diturunkan Allah kepada para utusan-Nya. Wahyu tersebut memberi informasi kepada Rasulullah tentang apa yang bermanfaat dan apa yang tidak berbahaya. Membandingkan pengobatan mereka dengan wahyu Ilahi ibarat membandingkan ilmu mereka dengan ilmu yang diwahyukan kepada Rasulullah s.a.w. Para nabi memberi kita pengobatan yang tidak dapat dipahami atau

dicapai oleh para dokter melalui eksperimen, hipotesis dan teori, yaitu pengobatan psikologis dan spiritual. Pengobatan dengan memperkuat hati serta bersandar dan tawakal kepada Allah, mencari perlindungan, bersikap rendah hati dan memperlihatkan kelembutan hati di hadapan-Nya, memohon kepada-Nya, beramal shaleh untuk meraih kasih-sayang-Nya dan berdoa kepada Allah. Juga dengan bertobat kepada Allah, memohon ampunan-Nya, melakukan kebaikan terhadap makhluk-Nya, serta membantu mereka yang sangat membutuhkan dan yang menderita. Pengobatan-pengobatan ini telah diuji coba berbagai bangsa dan terbukti kemanjurannya. Para dokter tidak pernah berhasil memberikan resep serupa, baik melalui eksperimen atau observasi ilmiah.

Kami sendiri telah menguji pengobatan-pengobatan ini dan menemukan bahwa pengobatan ini berdampak lebih kuat dibandingkan dengan jenis obat fisik apa pun. Membandingkan obat-obatan Rasulullah dengan obat para dokter bagaikan membandingkan obat tradisional dengan obat modern.

Ini sesuai dengan hukum Ilahi, bahwa hati yang terhubung dengan Allah– Pencipta penyakit dan penyembuhnya dan penguasa segala urusan dan semua orang - membutuhkan obat khusus, yakni yang tak dibutuhkan oleh hati yang jauh dari Tuhan mereka. Jika hati lebih kuat (secara spiritual), ia akan bekerja mengalahkan penyakit. Bagaimana mungkin orang dapat menyangkal bahwa penyembuhan paling efektif bagi penyakit yang menimpa hati terjadi melalui perasaan senang dan bahagia ketika mendekatkan diri kepada Tuhan, mencintai dan mengingat-Nya secara total, mengabdi dan menaruh perhatian kepada-Nya, bergantung kepada-Nya dan memohon bantuan-Nya? Hanya orang-orang sangat bodoh yang mengingkari fakta-fakta ini, yaitu orang-orang yang otaknya tumpul, pemahamannya buruk, serta mereka yang sangat jauh dari Allah dan dari pengetahuan tentang hakikat manusia. Insya Allah, kami akan mengungkap alasan mengapa surat al-Fatihah dapat menghilangkan efek sengatan beracun, yang

memungkinkan orang yang terkena sengatan racun bebas dari rasa sakit.

Ada dua macam obat Rasulullah. Kami akan membahasnya serinci mungkin, sesuai dengan keterbatasan kemampuan, pengetahuan, dan sumber-sumber yang kami miliki. Kami hanya mengandalkan Allah bagi semua persoalan baik dan benar. Kami memohon kepada-Nya, karena Dia Maha Mulia dan Maha Pemberi.

SETIAP PENYAKIT ADA OBATNYA

Imam Muslim meriwayatkan dalam Shahih-nya dari hadits Abu Zubair yang meriwayatkan dari Jabir bin Abdullah bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Setiap penyakit ada obatnya. Jika obat yang tepat diberikan, dengan izin Allah, penyakit itu akan sembuh."

Dalam Shahihain (Shahih Bukhari-Muslim) dari Ata' yang meriwayatkan dari Abu Hurairah yang berkata bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Allah tidak menurunkan suatu penyakit tanpa menurunkan obatnya."

Imam Ahmad dalam Musnad-nya dari hadits Ziyad bin Alaka meriwayatkan bahwa Usamah bin Shuraik berkata: Aku sedang bersama Rasulullah ketika orang-orang Arab Badui datang dan bertanya, "Wahai Rasulullah, apakah kami harus mencari obat?" Beliau menjawab, "Ya, wahai para hamba Allah. Carilah obat karena sesungguhnya Allah tidak menciptakan suatu penyakit tanpa menciptakan obatnya, selain satu penyakit." Mereka bertanya lagi, "Penyakit apakah itu?" Beliau menjawab, "Usia tua." Dalam riwayat lain: Allah tidak menurunkan penyakit kecuali Dia menurunkan obatnya. Sebagian orang mengetahuinya dan sebagian orang tidak mengetahuinya.

Dalam Musnad (oleh Imam Ahmad bin Hanbal), dari Ibnu Mas'ud meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Sesungguhnya Allah tidak menurunkan penyakit, kecuali Allah menurunkan obatnya. Orang

yang mencari obatnya, ia pasti mendapatkannya, sedangkan orang yang mengabaikannya, ia tidak akan mendapatkannya."

Dalam Musnad oleh Imam Ahmad dan Sunan oleh at-Tirmudzi dan Ibnu Majah bahwa Abu Khuzamah berkata: Aku bertanya, "Wahai Rasulullah, apakah Ruqyah yang kami gunakan, obat yang kami minum dan tindakan pencegahan dapat mengubah takdir Allah?" Beliau menjawab, "Itu semua adalah bagian dari takdir Allah."

Hadits ini mengandung makna bahwa segala hal yang terjadi di dunia ini ada sebab-sebabnya dan ada cara-cara untuk menghilangkannya.

Sabda Rasulullah bahwa setiap penyakit ada obatnya bisa bersifat umum, termasuk obat untuk penyakit-penyakit mematikan yang belum bisa disembuhkan karena Allah menyembunyikan dan menghalangi manusia untuk menemukan cara penyembuhannya. Hanya Allah Yang Maha Mengetahui. Sabda Rasulullah s.a.w yang menyatakan penyakit dapat sembuh apabila pengobatannya tepat menunjukkan bahwa ada dua kutub yang berlawanan bagi setiap ciptaan dan ini dapat disimpulkan bahwa terdapat penangkal bagi setiap penyakit. Rasulullah s.a.w menyatakan bahwa ketika penyakit bertemu obat yang tepat, maka penyakit dapat disembuhkan. Sebaliknya, obat yang diberikan melebihi dosis atau tidak sesuai dengan penyakitnya dapat menimbulkan jenis penyakit lain. Jika dosis yang diberikan kurang dari yang dibutuhkan, maka tidak akan cukup untuk menyembuhkan penyakit itu. Jika penyakit dan penderitanya tidak ditangani dengan obat dan penyembuhan yang cocok, penyembuhan tidak terjadi. Begitu pula jika waktu perawatan tidak cocok, jika tubuh tidak sanggup menerima atau tidak cocok dengan obat yang diberikan, pengobatan tidak akan efektif. Ini adalah penjelasan terbaik bagi hadits-hadits di atas.

Atau bisa jadi, makna hadits-hadits tersebut lebih spesifik, yaitu Allah tidak menciptakan suatu penyakit yang dapat disembuhkan secara manusiawi, kecuali Dia menurunkan pengobatannya. Ini sama dengan firman Allah:

...Menghancurkan segala sesuatu melalui perintah Tuhannya... (Qs. Al-Ahqaf: 25)

Artinya, segala sesuatu yang bisa hancur akan dihancurkan angin. Contohnya sangat banyak.

Orang yang memperhatikan dengan saksama penciptaan segala sesuatu yang saling berlawanan di dunia ini, menganalisis segala sesuatu yang saling mengalahkan, saling menguasai dan saling menolak akan mengagumi kesempurnaan kekuasaan-Nya, kebijakan-Nya yang kekal, dan hasil ciptaan-Nya, juga keesaan dalam keilahian dan perbuatan-Nya. Segala sesuatu selain Allah memiliki lawan atau penangkal, tetapi Allah kaya dalam Diri-Nya sendiri dan tak ada lawan maupun kawan. Sebaliknya, segala sesuatu yang lain membutuhkan Dia.

Hadits-hadits shahih tersebut memerintahkan umat Muslim untuk menggunakan obat dan upaya-upaya itu tidak bertentangan dengan kodrat ketergantungan manusia (tawakal) kepada Allah. Keyakinan pada keesaan Allah hanya dapat sempurna dengan melakukan hukum sebab akibat termasuk menghilangkan unsur-unsur yang merugikan dengan cara dan metode yang diperintahkan Allah, dan segala hal yang dapat membantunya. Meninggalkan penggunaan obat-obatan bertentangan dengan ketergantungan total kepada Allah, serta bertentangan dengan perintah dan kebijakan-Nya. Keengganan memanfaatkan obat-obatan juga dapat melemahkan tawakal kita kepada Allah meskipun orang mungkin berpikir bahwa sikapnya ini dapat memperkuat kepercayaan dan ketergantungannya kepada Allah. Tidak mencari obat bertentangan dengan tawakal sejati. Karena, tawakal sejati itu meliputi hati seorang hamba yang mengandalkan Allah dalam memperoleh apa yang bermanfaat bagi kehidupan dan agamanya sambil menolak apa yang merugikan kehidupan dan agamanya. Tawakal yang benar termasuk mencari manfaat ini bagi seorang hamba. Jika tidak, orang tidak akan melaksanakan perintah dan kebijakan Allah SWT. Seorang hamba tidak boleh menganggap

kelemahannya sebagai tawakal kepada Allah, dan tawakalnya sebagai suatu kelemahan.

Hadits-hadits di atas juga menentang orang-orang yang tidak berupaya mencari obat. Orang-orang itu mengatakan, "Jika kesembuhan sudah ditakdirkan, obat tidak ada manfaatnya. Jika kesembuhan tidak ditakdirkan, obat juga tidak akan bermanfaat." Atau, orang-orang yang berkata, "Penyakit terjadi karena kehendak Allah, maka tak ada orang dan sesuatu yang dapat melawan kehendak Allah."

Pertanyaan ini adalah pertanyaan yang diajukan oleh orang-orang Badui kepada Rasulullah. Sahabat-sahabat dekat Rasulullah lebih mengenal Allah, kebijakan, dan sifat-sifat-Nya, dan mereka tidak berpikir sebagaimana orang-orang Badui.

Rasulullah s.a.w menjawab orang-orang Badui dengan mengatakan bahwa obat-obatan, dan langkah-langkah pencegahan adalah bagian dari takdir Allah. Karena itu, tak ada yang dapat melepaskan diri dari takdir Allah kecuali dengan takdir Allah juga. Penggunaan obat adalah bagian dari takdir Allah dan juga menolak sebagian dari takdir Allah. Tak ada cara bagi makhluk untuk bebas dari takdir Allah berupa lapar, haus, panas atau dingin kecuali dengan takdir Allah juga. Ini seperti memukul mundur musuh – yang merupakan sebagian takdir Allah melalui jihad – yang juga merupakan perintah dan takdir. Segala sesuatu telah ditakdirkan Allah: penangkal, yang ditangkal, dan tindakan menangkal.

Jawaban lain bagi orang-orang yang mengajukan pertanyaan serupa itu adalah sebagai berikut. Kalau begitu orang boleh meninggalkan upaya mencari pengobatan atau upaya menolak hal-hal yang merugikan. Jika manfaat atau mudharat ditakdirkan untuk terjadi, pasti akan terjadi. Namun, jika tidak ditakdirkan, pasti tidak akan terjadi! Jalan pikiran seperti ini akan mendatangkan kehancuran bagi agama dan dunia. Pertanyaan seperti ini hanya diajukan oleh orang-orang yang menolak kebenaran. Itulah sebabnya mereka menjadikan takdir sebagai alasan untuk menyangkal kebenaran yang disodorkan kepada

mereka. Ini seperti argumen orang-orang yang mempersekutukan Tuhan sebagaimana Allah berfirman:

> *Seandainya Allah berkehendak,niscaya kami dan bapak-bapak kami tidak akan mempersekutukan Dia.* (QS. Al-An'am: 148)

> *Jika Allah menghendaki, kami dan ayah-ayah kami tidak akan menyembah selain Dia. (*QS. An-Nahl: 25)

Mereka mengungkapkan pernyataan tersebut untuk menolak argumen Allah yang mengutus para Rasul-Nya kepada mereka.

Orang-orang yang mengajukan pertanyaan itu seharusnya mengetahui bahwa ada suatu argumen yang tidak mereka singgung. Allah telah menakdirkan bahwa sesuatu akan terjadi ketika ada penyebabnya. Dengan demikian, jika penyebabnya terjadi, maka apa yang ditakdirkan juga akan terjadi.

Jika orang berkata, "Jika saya ditakdirkan untuk melaksanakan sesuatu, saya akan melaksanakannya. Jika tidak, saya tidak akan mampu melaksanakannya." Kita jawab dengan perkataan, "Apakah Anda akan menerima protes pelayan, anak-anak atau pekerja yang menolak perintah atau melanggar larangan Anda? Jika Anda menerima alasan mereka, Anda tak berhak menyalahkan orang-orang yang tak mematuhi, mencuri harta, merusak kehormatan atau melanggar hak-hak Anda. Jika Anda tidak menerima alasan mereka, bagaimana Anda menggunakan logika yang sama untuk mengingkari hak-hak dan perintah-perintah Allah kepada Anda?"

Diriwayatkan dalam kisah Israiliyat bahwa Nabi Ibrahim as pernah bertanya kepada Allah, "Wahai Tuhanku, dari mana asal penyakit?" Allah menjawab, "Dari Aku." Ibrahim as bertanya lagi, "Dari mana asal kesembuhan?" Dia menjawab, "Dari Aku" Ibrahim as terus bertanya, "Jika begitu, apa peranan seorang tabib?" Dia menjawab, "Tabib adalah orang yang ditangannya Kuturunkan dan Kujadikan sebab kesembuhan."

Sabda Nabi bahwa terdapat obat bagi setiap penyakit seharusnya memperkuat jiwa pasien serta dokter dan mendorong mereka untuk mencari obat. Jika pasien merasa bahwa ada obat bagi penyakitnya, hatinya akan dipenuhi harapan, bukan perasaan putus asa, dan harapan terbuka lebar dihadapannya. Jika pasien diperkuat, kekuatan yang ada di dalam dirinya, panas instingtif, jiwa dan hati juga akan diperkuat. Kekuatan ini akan memperkuat bagian tubuh yang terserang dan penyakit akan menjadi lebih mudah disembuhkan.

Ini juga berlaku bagi dokter. Jika seorang dokter mengetahui bahwa terdapat obat bagi penyakit, ia akan bersemangat mencari obat itu.

Penyakit jasmani serupa dengan penyakit yang menyerang hati. Sebagaimana Allah menurunkan obat bagi penyakit yang menyerang hati, Dia juga menurunkan obat bagi penyakit yang menyerang tubuh. Jika seseorang mengetahui obat tersebut dan menggunakannya dengan tepat, dengan izin Allah, penyakitnya akan sembuh.

PETUNJUK NABI S.A.W TENTANG MAKAN DAN MINUM

Rasulullah s.a.w memberi petunjuk kepada kita mengenai makanan dan minuman meliputi mencegah 'over dosis', menghindari makan berlebihan dan aturan-aturan lain yang harus diperhatikan berkenaan dengan makanan dan minuman.

Dalam Musnad Ahmad dan dalam kitab-kitab lain diriwayatkan bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Tak ada wadah yang lebih buruk yang dipenuhi oleh seorang manusia selain perutnya. Dia sebenarnya hanya membutuhkan beberapa suap untuk menopang hidupnya. Karena itu, perut perlu dibagi menjadi tiga bagian: 1/3 untuk makanan, 1/3 untuk minuman dan 1/3 untuk udara."

Makanan dapat menyerang, merugikan dan mengubah fungsi normal tubuh jika jumlahnya berlebihan. Sebagian besar penyakit terjadi karena konsumsi makanan yang berlebihan atau melebihi kebutuhan tubuh. Penyakit juga timbul akibat mengonsumsi makanan yang sulit dicerna dan kompleks. Jika manusia memenuhi perutnya dengan beragam makanan dan perut terbiasa dengan itu, maka timbul beragam penyakit, yang sebagian di antaranya membutuhkan waktu lama bagi penyembuhannya. Jika orang mengonsumsi makanan secukupnya dan sesuai kebutuhan tubuh, tubuhnya akan memperoleh manfaat maksimum dibanding jika makan berlebihan.

Ada tiga tingkatan mengonsumsi makanan: 1) sekadar memenuhi kebutuhan, 2) sekadar mencukupi (memadai), atau 3) berlebihan.

Rasulullah s.a.w menganjurkan agar orang mengonsumsi beberapa suap sekadar untuk menopang hidupnya sehingga staminanya tidak melorot. Jika dia mengonsumsi melebihi batas ini, dia harus menyiapkan sepertiga perutnya untuk makanan, sepertiga untuk air dan sepertiga lagi untuk udara. Ini adalah cara makan terbaik, baik untuk tubuh maupun hati. Jika perut penuh dengan makanan, maka tidak ada cukup ruang untuk minuman. Jika orang mengonsumsi minuman sampai memenuhi perutnya, maka pernapasannya akan menjadi sulit hingga menimbulkan kemalasan dan keletihan. Ia akan merasa berat seakan-akan membawa beban pada perutnya. Akibatnya, hati akan menjadi malas dan tubuh akan mencari kepuasan lain di luar makan minum karena perutnya sudah penuh.

Memenuhi perut dengan makanan dapat merugikan tubuh dan hati jika dilakukan terus-menerus. Tapi tidak mengapa jika orang sesekali makan hingga kenyang. Abu Hurairah ra pernah minum susu di hadapan Rasulullah s.a.w dan berkata, "Demi Zat yang mengutusmu dengan kebenaran, saya sungguh telah kenyang." Para sahabat Nabi kadang-kadang makan hingga kenyang di hadapan Rasulullah s.a.w. Makan hingga kenyang dapat memperlemah kekuatan dan tubuh, meskipun makanan juga merupakan sumber kekuatan tubuh. Tubuh akan menjadi kuat jika memperoleh nutrisi yang dibutuhkan, bukan dari banyaknya makanan yang dimakan.

Karena tubuh manusia terdiri dari unsur air, tanah dan udara, Rasulullah s.a.w membagi makanan, minuman dan udara dalam tiga bagian. Jika orang bertanya tentang unsur api dalam tubuh, berdasarkan konfirmasi dari para dokter, dikatakan bahwa panas merupakan salah satu unsur dasar di dalam tubuh. Sebagian orang tidak menyetujui pendapat ini. Mereka berpendapat bahwa tidak terdapat porsi api dalam tubuh. Pendapat ini diperoleh berdasarkan indikasi berikut.

1. Api berasal dari udara dan berada di antara bagian-bagian yang berair dan padat; atau, api memang ada dalam materi-materi

padat dan cair. Kemungkinan pertama ini tidak masuk akal karena dua alasan. Pertama, sifat alamiah api itu naik, bukan turun. Jika sebaliknya, api akan meninggalkan pusatnya dan turun ke bumi. Kedua, jika api turun ia pasti akan melewati lingkungan-lingkungan yang sangat dingin yang ada di bumi. Kenyataannya api yang dahsyat bisa padam hanya dengan sedikit air. Dengan demikian, jika api turun dari pusatnya, tentu saja akan terpadamkan oleh lingkungan sangat dingin yang harus dilaluinya.

Kemungkinan kedua menyatakan bahwa api terbentuk di dalam bagian-bagian tubuh yang padat dan cair. Kemungkinan ini bahkan kurang masuk akal karena bagian tubuh yang telah berubah menjadi api sebelumnya harus memiliki unsur air dan tanah atau tersusun dari udara sekelilingnya, bersama-sama dikelilingi unsur-unsur itu. Unsur di sekitarnya yang saling berhubungan dengan unsur-unsur air dan zat padat tidak akan berubah menjadi api dengan sendirinya karena tidak tersusun dari api. Unsur-unsur yang mengelilinginya bersifat dingin. Bagaimana mungkin tubuh yang terdiri dari zat padat dan cair berubah menjadi api dalam kondisi-kondisi ini?

Sebagian orang mungkin bertanya mengapa bagian-bagian berapi tidak ada untuk mengubah bagian-bagian tubuh menjadi api ketika bercampur dengan api?

Kami menjawab bahwa penolakan terhadap teori ini sudah dijelaskan dalam penolakan terhadap asumsi pertama yang telah kami berikan.

Sebagian orang mungkin mengatakan bahwa mereka melihat percikan api dari batu kapur ketika batu kapur itu disiram air. Mereka juga melihat api memancar dari kaca pembesar yang ditimpa cahaya matahari. Mereka juga melihat api ketika memukulkan sebuah batu ke balok besi. Semua api ini terjadi ketika bahan-bahan itu bercampur. Kenyataan ini menggugurkan apa yang kami ungkapkan sebelumnya.

Orang-orang yang menyangkal pendapat ini mengatakan bahwa mereka tidak mengingkari bahwa pukulan-pukulan keras kadang kala dapat menimbulkan api seperti ketika orang memukul batu dengan besi atau ketika matahari memanaskan suatu obyek, seperti kaca pembesar. Namun, mereka menolak pendapat yang mengatakan bahwa hal tersebut terjadi pada hewan dan tanaman. Tubuh hewan dan tumbuhan tidak menghasilkan api ketika dipukul dan tidak cukup licin dan halus untuk berfungsi seperti kaca pembesar. Buktinya, sinar matahari menyinari bagian luar tubuh hewan dan tumbuhan tapi tidak menimbulkan percikan api. Jadi, bagaimana mungkin sinar matahari, yang menembus bagian tubuh yang lebih dalam, menimbulkan api?

2. Para dokter setuju bahwa semakin tua minuman (misalnya anggur), maka semakin panas. Tidak mungkin panas internal minuman ini disebabkan oleh api. Karena jika disebabkan oleh api, bagian yang mengandung api dapat terpadamkan oleh bagian yang berair dan tidak akan tetap utuh untuk jangka waktu lama. Kenyataannya, api yang besar pun dapat dipadamkan dengan sedikit air.
3. Jika tumbuhan dan hewan memiliki bagian-bagian yang berapi dalam tubuhnya, maka bagian itu akan dikalahkan oleh bagian yang berair. Dominasi sifat dan unsur tertentu menuntut perubahan unsur yang dikalahkan menjadi sama dengan unsur yang lebih kuat. Jika bagian-bagian berapi ada di dalam tubuh, tentu saja akan berubah menjadi bagian-bagian air, yang merupakan lawan dan lebih unggul daripada api.
4. Allah telah bercerita tentang penciptaan manusia pada beberapa ayat dalam kitab-Nya. Di sebagian ayat, Allah menjelaskan bahwa manusia diciptakan dari air. Di bagian lain Dia menyatakan bahwa Dia menciptakan manusia dari tanah. Di ayat lainnya dikatakan campuran air dan tanah (tanah liat). Di ayat lainnya lagi, dikatakan manusia diciptakan dari tanah bakar yang disinari matahari dan

dihembus angin sebagaimana jambangan tanah liat. Semua pernyataan ini benar dan melukiskan tahapan-tahapan yang dilewati manusia. Allah tidak pernah menyatakan bahwa Dia menciptakan manusia dari api sebagaimana Dia menciptakan iblis.

Imam Muslim meriwayatkan dalam Shahih-nya bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Malaikat diciptakan dari cahaya, iblis diciptakan dari api, dan Adam diciptakan dari apa yang telah dijelaskan kepada kalian."

Hadits ini jelas menunjukkan bahwa Adam diciptakan dari apa yang Allah telah jelaskan di dalam kitab-Nya. Allah tidak menyatakan bahwa Adam diciptakan dari api atau api ada dalam tubuh Adam.

5. Bukti yang mereka gunakan untuk menunjukkan bahwa terdapat api dalam tubuh adalah panas yang terdapat dalam tubuh hewan. Bukti ini tidak memadai karena penyebab panas lebih umum daripada api. Ada beberapa penyebab lain berkaitan dengan panas tubuh bagian dalam hewan. Sebagai contoh, api menghasilkan panas, demikian pula gerak, pantulan sinar matahari, panas dari udara, dan semua yang berdekatan dengan api, karena api meneruskan panas melalui udara. Ada beberapa penyebab panas bagian dalam, tapi tidak harus api.

   Para penganut teori api mengatakan bahwa percampuran tanah dan air akan mengeluarkan panas sehingga campuran itu bersenyawa. Tanpa api, unsur-unsur itu tidak mengalami proses percampuran atau memproduksi senyawa. Demikian pula jika benih tanaman ditanam dalam tanah liat sehingga udara dan matahari tidak dapat menembusnya, maka benih akan membusuk. Karena itu, benih pasti memiliki bagian dalam yang menjadikannya matang. Bagian itu adalah api. Jika tidak, benih hanya akan matang dan kemudian rusak akibat efek luar atau efek lain yang mungkin ada dalam kondisi yang sangat dingin.

Mereka mengatakan bahwa ketika efek luar berakhir, tubuh tidak akan terpanaskan kecuali ada unsur api yang mematangkannya, seperti halnya sebagian makanan dan obat-obatan yang mempunyai sifat panas alami. Berarti panas itu terjadi semata-mata karena adanya ester api.

Mereka juga mengatakan, jika di dalam tubuh tidak ada unsur api yang menghasilkan panas, tubuh akan menjadi dingin. Jika sifat tubuh rentan terhadap dingin dan lingkungan sekitarnya tidak memiliki efek berlawanan, tubuh akan mencapai derajat terdingin. Jika ini terjadi, tubuh tidak akan merasakan dingin sebab telah mencapai kondisi yang sangat dingin. Dengan demikian, kondisi dingin dan tubuh akan berada dalam suhu yang sama. Jadi, tubuh tidak akan merasa kedinginan dan, karena rasa dingin yang luar biasa, tidak akan merasakan sakit apa pun. Argumen yang sama dapat dikatakan ketika tubuh berada dalam suhu yang lebih rendah dari zat dingin itu sendiri. Jadi, jika tubuh tidak memiliki unsur api, maka tubuh tidak akan bereaksi karena hawa dingin dan tidak akan terpengaruh sama sekali.

Mereka mengatakan, "Bukti-bukti Anda menolak pendapat yang mengatakan bahwa bagian-bagian yang berapi tetap sebagai api di dalam tubuh. Kami tidak akan mendukung pernyataan ini, tapi kami percaya bahwa api berubah ketika bercampur dengan tubuh."

Yang lain menjawab, "Mengapa tidak mengatakan bahwa panas matahari mempengaruhi tanah, air dan udara? Kemudian, ketika campuran akhir mencapai kematangan, campuran tersebut siap menjadi bentuk-bentuk baru, apakah berupa tumbuhan, hewan, atau mineral dengan panas sebagai mediumnya. Mengapa tidak mengatakan bahwa panas yang ada dalam tubuh adalah hasil dari kualitas dan kekuatan tertentu yang Allah hadirkan pada saat terjadi proses percampuran, bukan karena benar-benar mengandung api? Anda tidak punya cara untuk mengingkari kemungkinan

yang disetujui oleh beberapa ahli kesehatan terbaik."

Sensasi dingin yang dirasakan tubuh mengindikasikan bahwa ada panas internal di dalam tubuh. Siapa yang dapat mengingkari fakta ini? Tapi, apa buktinya bahwa panas hanya dihasilkan oleh api? Api memang menyebarkan panas, tetapi panas tidak mesti berasal dari api. Tampaknya pernyataan yang tepat dalam hal ini adalah sebagian jenis panas dihasilkan oleh api.

Tetapi, pernyataan bahwa esensi api rusak ketika bercampur dengan tubuh tidak didukung oleh fakta atau pendapat para ahli kesehatan. Sebagian pendukung (orang-orang yang mengatakan bahwa tubuh merupakan bagian dari api, seperti Ibnu Sina) mengakui dalam kitab *Ash-Shifa* (Obat) bahwa semua jenis unsur tetap utuh seluruhnya sesuai struktur alaminya ketika mengalami percampuran dalam suatu senyawa. Semoga Allah memberikan taufik-Nya.

TIGA MACAM PENGOBATAN NABI

Rasulullah s.a.w menggunakan tiga jenis obat untuk mengobati penyakit: 1. obat alamiah, 2. obat ilahiah dan 3. kombinasi obat alamiah dan ilahiah. Pembahasan akan diawali dengan pembicaraan mengenai obat alamiah dilanjutkan dengan obat-obatan ilahiah dan, terakhir, kombinasi obat-obatan alamiah dengan ilahiah.

Ini ditunjukkan dengan indikasi bahwa Rasulullah s.a.w diutus untuk memberikan petunjuk, menyeru manusia ke jalan Allah dan menuju surga-Nya. Beliau memperkenalkan manusia kepada Allah. Beliau memberitahukan perbuatan-perbuatan apa yang diridhai Allah dan menyampaikan perintah untuk mengamalkan perbuatan-perbuatan tersebut. Rasulullah juga memberitahukan perbuatan-perbuatan apa yang dimurkai Sang Khalik dan perintah untuk menghindari perbuatan-perbutan itu. Selain itu, beliau menceritakan kisah-kisah para Nabi dan Rasul as serta apa yang terjadi di antara mereka dan kaumnya. Ihwal penciptaan dunia, awal mula penciptaan, Hari Kebangkitan, serta apa-apa yang akan membuat jiwa-jiwa meraih kemalangan atau kebahagiaan.

Pengobatan tubuh adalah bagian dari Hukum Rasulullah yang menyempurnakan dan melengkapi tubuh. Obat-obatan tubuh seharusnya digunakan jika diperlukan. Selain itu, sebaiknya lebih banyak berusaha mengobati penyakit hati dan jiwa, memelihara

kesehatan dan mencegah kerugian apa pun yang dapat timbul. Itulah tujuan terakhir misi Rasulullah. Mengobati penyakit jasmani tanpa mengobati penyakit hati tidak akan berguna atau bermanfaat bagi siapa pun. Mengobati penyakit hati sewaktu tubuh sedang sakit tidak akan menyebabkan kerugian besar karena segera sesudah itu, kerugian akan sirna dan diganti dengan hal yang utama, manfaat yang kekal. Semoga Allah memberikan taufik-Nya.

BAGIAN I

PENGOBATAN DENGAN RAMUAN ALAMI

BAB 1
MENGOBATI DEMAM

TELAH diriwayatkan dalam *Shahihain* bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Sesungguhnya demam – atau demam berat – berasal dari uap jahannam, karena itu dinginkanlah dengan air."

Hadits di atas membuat bingung beberapa dokter yang tidak memahaminya. Mereka mengira hadits tersebut bertentangan dengan metode umum perawatan demam. Kami akan menjelaskan hadits tersebut secara rinci, ditinjau dari sudut pemahaman fiqih dan argumentasinya.

Jika Rasulullah s.a.w mengeluarkan suatu pernyataan, konteksnya ada dua macam. *Pertama*, pernyataan itu bersifat umum, yakni ditujukan kepada seluruh umat manusia. *Kedua*, pernyataan itu bersifat khusus, yakni ditujukan kepada umat dan kondisi yang spesifik. Sebagian besar pernyataan Rasulullah adalah jenis pertama. Mengenai jenis kedua, sama dengan pernyataan Rasulullah, "Janganlah kalian menghadap kiblat saat buang air kecil atau buang air besar, jangan pula membelakanginya, tetapi menghadaplah ke timur atau ke barat." Pernyataan ini bukanlah ditujukan bagi orang-orang yang bermukim di timur, barat, Irak, tetapi ditujukan bagi orang-orang yang bermukim di Madinah dan yang searah seperti Syam (Suriah). Ini sama dengan sabda Rasulullah, "Apa yang ada di antara timur dan barat adalah Kiblat."

Dengan analogi ini, kita tahu bahwa apa yang dikatakan Rasulullah s.a.w itu khusus untuk penduduk Hijaz, karena penduduk di wilayah ini mudah sekali terserang penyakit demam karena sengatan matahari. Jenis penyakit demam ini membutuhkan air dingin, baik untuk diminum atau untuk mandi. Demam menyebabkan suhu tubuh yang berasal dari jantung naik dan menyebar ke seluruh tubuh melalui pembuluh-pembuluh darah dan energi tubuh. Naiknya suhu tubuh ini mengacaukan fungsi tertentu dari tubuh.

Ada dua kategori demam. Kategori pertama adalah demam simtomatik akibat pembengkakan, sengatan matahari dan aktivitas luar biasa. Kategori kedua adalah demam yang disebabkan oleh suatu penyakit yang biasanya bermula pada organ vital kemudian memanaskan seluruh tubuh. Jika sumbernya dari energi jiwa, ia disebut demam sehari karena akan hilang dalam sehari dan akan bertahan maksimal tiga hari. Demam yang diakibatkan oleh kontaminasi unsur yang berbahaya dinamakan demam *ufniyah*. Demam seperti ini terbagi menjadi empat jenis: demam kuning, demam hitam, demam *Boutonnese* dan demam berdarah. Demam yang bersumber dari organ-organ dasar tubuh dinamakan demam *hectic,* yang terbagi menjadi tiga macam.

Demam bisa sangat bermanfaat bagi tubuh, melebihi obat. Demam sehari dan demam *ufniyah* memanaskan dan mematangkan zat-zat yang tak matang tanpa demam. Selain itu, demam membongkar beragam sumbatan, terutama yang tak dapat ditembus obat pelarut.

Demam juga membantu menyembuhkan sebagian besar jenis radang secara cepat, juga menyembuhkan kelumpuhan otot-otot wajah karena gangguan faal saraf wajah, hemiplegia, kelumpuhan yang menyerang satu sisi tubuh, kejang dan beberapa penyakit lain yang diakibatkan oleh kotoran-kotoran berat dalam tubuh.

Sebagian dokter merasa lega ketika tubuh pasiennya mengalami demam tinggi karena ini menandakan pasien akan segera sembuh dari penyakitnya. Ini karena, dalam beberapa kasus, demam

lebih efisien dibandingkan dengan pemberian obat karena dengan mematangkan zat-zat semacam ini maka obat dapat menyentuhnya dan mengeluarkannya dari tubuh. Dengan demikian, demam mendatangkan penyembuhan.

Jika demikian, maka hadits tersebut berbicara tentang jenis demam simtomatik yang dapat diredakan dengan merendamkan badan ke dalam air dingin atau meminum air dingin. Penderita tidak membutuhkan obat lain sebab jenis demam semacam ini terjadi karena panas yang bersenyawa dengan energi tubuh. Ketika zat dingin masuk, panas yang dihasilkan demam akan hilang tanpa harus membersihkan campuran zat apa pun atau tanpa harus menunggu zat ini menjadi matang. Tapi ada kemungkinan hadits itu mencakup semua jenis demam.

Seorang dokter terkenal bernama Galineus mengakui bahwa air dingin membantu meredakan jenis demam seperti ini. Ia menyatakan dalam artikel kesepuluh dari bukunya, *Healing Methods*, "Jika seseorang yang muda, sehat dan tidak ada pembengkakan mandi di tengah hari yang terik atau berenang maka ia akan memperoleh manfaat." Ia juga menyatakan bahwa dirinya selalu meresepkan pengobatan ini.

Ar-Razi berkata dalam kitabnya berjudul *al-Kabir*, "Jika kekuatan tubuh normal, tetapi demam sangat intens dan kematangan (dari zat-zat yang merugikan) tampak jelas, meskipun tidak ada pembengkakan dalam tubuh atau suatu jenis hernia, maka meminum air dingin sangat bermanfaat. Jika penderita bertubuh gemuk, udara panas dan biasa mandi air dingin, maka biarkanlah ia melakukannya."

Sabda Rasulullah yang menyatakan bahwa demam berasal dari uap neraka jahannam di atas mengandung dua aspek:

1. Demam merupakan panas yang diambil dari neraka agar hamba-hamba Allah menjadikannya sebagai indikasi neraka sehingga dapat mengambil pelajaran. Untuk itu, Allah telah menciptakan alasan dan penyebab timbulnya demam. Demikian

pula kesenangan, kegembiraan, kenikmatan dan keriangan hati adalah bagian dari kebahagiaan surgawi yang Allah tampakkan di dunia sebagai pelajaran dan indikasi keberadaan surga. Allah membolehkan perasaan-perasaan seperti itu karena alasan-alasan yang perlu.

2. Hadits tersebut menyamakan panasnya demam dengan panas api neraka yang hebat agar hati dan pikiran kita dapat membayangkan dahsyatnya siksaan dan panas neraka.

Al Hamasy berkata:

Jika api cinta berkobar di hati
Panas menembus sampai kulit ari
Jika air dapat memadamkan panas di kulit ari
Apa yang dapat memadamkan panas di dalam hati?

Air yang dimaksud dalam "Dinginkanlah demam dengan air" mungkin adalah semua jenis air, dan inilah pendapat yang benar. Pendapat lain menyatakan bahwa air dalam hadits tersebut adalah air zam-zam. Para pendukung pendapat ini menggunakan bukti yang diriwayatkan al-Bukhari dan *Shahih*-nya bahwa Abu Jumrah, Nasr bin 'Imran Adh-i berkata: Saya berada di hadapan Ibnu Abbas di Makkah hingga satu hari. Lalu, saya terserang demam. Ia berkata, "Dinginkanlah dengan air zam-zam karena Rasulullah bersabda, 'Demam berasal dari api neraka jahannam.' Karena itu, dinginkanlah ia dengan air" atau (beliau berkata) "...dengan air zam-zam."

Perawi hadits tersebut ragu-ragu mengenai kata-kata yang tepat dari Rasulullah s.a.w. Jika tidak, tentu akan dipertegas bahwa air yang dimaksud Rasulullah adalah air zam-zam bagi penduduk Makkah sebab air itulah yang tersedia. Selain penduduk Makkah dapat menggunakan air apa saja yang tersedia bagi mereka.

Selain itu, ada perbedaan pendapat mengenai maksud Rasulullah dalam hadits itu: apakah beliau menganjurkan pemberian air sebagai

sedekah atau benar-benar menggunakannya. Arti yang benar adalah benar-benar menggunakan air. Orang yang mengira bahwa hadits tersebut bermakna memberikan air sebagai sedekah tidak memahami tujuan di balik penggunaan air dingin untuk meredakan demam. Namun, ada baiknya juga penafsiran itu, yakni ganjaran sebanding dengan pemberian. Karena orang yang kehausan meminum air dingin untuk memenuhi dahaganya, Allah menghilangkan demam dengan air dingin. Namun, maksud dari hadits tersebut semata-mata bermakna menggunakan air.

Abu Nu'aim dan yang lainnya berkata, Anas ra meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika salah seorang di antara kalian menderita demam, siramilah ia dengan air dingin selama tiga malam berturut-turut sebelum fajar."

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan, Abu Hurairah mengatakan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Demam berasal dari tiupan panas neraka jahannam, hilangkanlah dengan air dingin."

Di dalam *Al-Musnad* dan kitab-kitab lain dari hadits oleh Al-Hassan dari Samurah, Nabi s.a.w bersabda, "Demam adalah satu bagian dari api. Hilangkan ia dengan air dingin." Jika Nabi s.a.w terserang demam, beliau biasa minta air kemudian menuangkannya di atas kepalanya.

Diriwayatkan dalam *Sunan,* Abu Hurairah ra berkata: Demam disebutkan di hadapan Rasulullah dan seorang lelaki mengutuknya. Kemudian Rasulullah bersabda, "Janganlah mengutuk demam karena sesungguhnya demam menghapuskan dosa-dosa sebagaimana api menghilangkan karat besi."

Demam biasanya diikuti dengan pantangan mengonsumsi makanan yang buruk dan tuntunan mengonsumsi makanan dan obat-obatan yang bermanfaat. Tubuh penderita akan dibersihkan dari seluruh kotoran serta unsur-unsur dan zat-zat yang merugikan. Demam memiliki efek pembersih yang sama seperti api menghilangkan karat besi. Manfaat demam sangat dikenal di kalangan ahli kesehatan.

Mengenai pembersihan jantung dari penyakit dan kotoran, hanya para dokter jantung (ini tidak merujuk kepada para kardiolog) yang mempunyai akses terhadap pengetahuan ini. Mereka menemukan apa yang Rasulullah s.a.w katakan merupakan kebenaran yang jelas. Namun jika penyakit jantung menjadi kronis, harapan untuk menyembuhkan penyakit itu akan berkurang!

Dengan demikian, demam membantu tubuh dan jantung. Karena itu, mengutuk hal yang sangat bermanfaat merupakan tindakan yang zalim.

Abu Hurairah ra berkata, "Tidak ada penyakit yang lebih aku sukai selain demam. Karena demam memasuki setiap organ tubuhku, dan Allah menganugerahi setiap organ dengan pahala yang setimpal."

Karena itu, penggunaan dingin untuk meredakan demam pada musim panas di wilayah-wilayah berudara panas sangat bermanfaat. Lebih baik lagi jika air itu jauh dari terpaan sinar matahari menjelang fajar (pada kondisi terdinginnya). Lagi pula, sebelum fajar tubuh manusia berada pada kondisi terkuatnya karena habis tidur, relak-sasinya memadai, dan polusi udara masih rendah. Kekuatan tubuh akan menambah kekuatan obat – dalam hal ini air – untuk meredakan demam yang tidak diakibatkan tumor ganas, zat-zat atau kondisi-kondisi yang dapat merusak tubuh. Kemudian, atas ijin-Nya, Allah akan meredakan panas demam.

BAB 2
MENGOBATI DIARE

Diriwayatkan dalam *Shahihain* bahwa Abu Sa'id al-Khudri ra berkata: Seorang lelaki menemui Rasulullah s.a.w dan berkata, "Saudaraku mengeluh sakit perut" (dalam riwayat lain, mengeluh diare). Rasulullah s.a.w bersabda, "Berilah ia madu." Lelaki itu pergi, tapi tak lama kemudian datang lagi sambil berkata, "Saya telah memberinya madu, tetapi tak membantunya" (dalam riwayat lain dikatakan, "Sakitnya malah memburuk"). Ia mengulanginya dua atau tiga kali, sementara itu Rasulullah s.a.w tetap mengatakan kepadanya, "Berilah ia madu." Pada kali ketiga atau keempat, Rasulullah s.a.w berkata, "Allah Benar, perut saudaramu itu bohong."

Madu mempunyai khasiat luar biasa karena membersihkan zat-zat merugikan yang mungkin menumpuk dalam pembuluh darah dan usus. Madu juga melarutkan kelembaban yang berlebihan. Sebagai minuman dan obat luar, madu sangat bermanfaat bagi manula, orang yang menderita dahak dan yang metabolismenya lembab dan dingin. Zat yang dihasilkan lebah ini kandungan gizinya tinggi, melancarkan buang air besar dan pengawet yang baik. Khasiat lain madu adalah mengurangi rasa pahit obat-obatan, membersihkan lever dan dada, melancarkan buang air kecil dan melarutkan dahak yang disertai batuk. Meminum madu hangat yang dicampur dengan minyak mawar dapat menyembuhkan gigitan hewan berbisa. Madu yang dicampur dengan

air juga dapat membantu mengatasi gigitan anjing gila dan menetralisir efek mengonsumsi jamur-jamur beracun.

Sebagai pengawet, madu adalah "Pengawet sejati." Daging segar yang diawetkan dalam madu dapat bertahan hingga tiga bulan. Demikian juga labu manis, ketimun dan terung dapat diawetkan dalam madu. Beberapa jenis buah segar dapat diawetkan dengan madu hingga enam bulan. Jenazah juga dapat diawetkan dengan madu.

Orang yang terinfeksi serangan parasitik juga dapat memanfaatkan madu karena madu mampu membunuh serangga parasitik dan telurnya. Madu juga berkhasiat menambah kelembutan dan kecantikan rambut meskipun dibiarkan tumbuh lebih panjang. Jika digunakan sebagi celak, madu dapat memperkuat pandangan mata. Madu dapat memutihkan gigi, memelihara kesehatan gigi dan gusi, membuka lubang pembuluh-pembuluh darah yang menyebabkan aliran menstruasi. Mengonsumsi madu saat perut kosong dapat membantu tubuh terbebas dari lendir dan dahak. Madu membersihkan dan membebaskan perut dari zat-zat atau campuran-campuran yang merugikan, sedikit memanaskan perut dan membuka pori-pori. Madu memiliki pengaruh terhadap ginjal, prostat dan lever. Madu juga merupakan zat manis yang berdampak sangat kecil untuk memacetkan fungsi lever dan ginjal.

Madu tidak memiliki efek samping dan tidak merugikan, kecuali bagi orang yang mempunyai masalah dengan empedunya. Bila penderita empedu ingin mengonsumsi madu, ia harus mencampurnya dengan cuka untuk menetralisir dampak buruknya.

Madu dapat dikonsumsi sebagai makanan, minuman, manisan, obat, penyegar dan obat luar. Nilai medis madu cukup banyak. Karena itu, tak ada zat lain yang lebih bermanfaat daripada madu. Zat lain tak dapat menyaingi nilai madu. Inilah sebabnya orang-orang dahulu mengandalkan madu. Hal ini dapat dilihat pada buku-buku zaman dahulu yang tidak menyebutkan gula sebagaimana buku-buku modern.

Rasulullah s.a.w biasa meminum madu yang dicampur dengan air saat perut kosong. Ada rahasia mengagumkan di balik praktik ini menyangkut pemeliharaan kesehatan. Orang-orang yang memiliki pemahaman mendalam akan mampu mengetahui rahasia tersebut. Kami akan menjelaskan masalah ini lagi ketika membahas petunjuk Rasulullah mengenai pemeliharaan kesehatan yang baik.

Sebuah hadits yang diriwayatkan Ibnu Majah dan lain-lainnya menyebutkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Manfaatkanlah dua jenis penyembuhan: madu dan Al-Quran."

Hadits ini menggabungkan penyembuhan jasmaniah dan ilahiah, obat bagi tubuh dan jiwa, obat duniawi dan samawi.

Dengan dasar fakta-fakta ini, mari kita kembali kepada orang yang diberi resep madu oleh Rasulullah untuk menyembuhkan diarenya akibat makan berlebihan. Rasulullah s.a.w memberikan resep madu kepadanya untuk membersihkan perut dan ususnya dari akumulasi zat-zat atau kotoran-kotoran merugikan yang menghalangi proses pencernaan makanan di dalam perut, karena madu memiliki efek pembersih. Zat-zat berbahaya mirip serbet yang menempel di dinding perut, mengotori perut dan makanan. Madu menghilangkan zat-zat tersebut dan ini merupakan penyembuhan terbaik. Madu merupakan pembersih yang potensial dan efektif mengobati kasus-kasus diare, terutama madu dicampur dengan air panas.

Rasulullah mengulangi perintahnya kepada lelaki itu agar memberikan madu kepada saudaranya yang sakit karena alasan yang kuat. Obat yang diberikan harus dalam dosis cukup, jika tidak, penyakit tidak akan sembuh total. Sebaliknya, obat yang diberikan melebihi dosis yang dibutuhkan akan memperlemah tubuh dan memiliki efek samping. Ketika pertama kali Rasulullah s.a.w menyuruh lelaki itu memberikan madu kepada saudaranya, ia belum memberikan jumlah yang cukup untuk menyembuhkan kondisi si sakit. Nabi berkali-kali mengatakan kepada lelaki itu agar memberikan madu lagi kepada saudaranya sampai dosisnya cukup. Jika si sakit mengonsumsi madu dengan dosis

yang cukup untuk memerangi penyakit, atas izin Allah, kesembuhan terjadi. Pemberian obat dengan dosis yang tepat merupakan hal penting dalam ilmu kedokteran.

Pernyataan Rasulullah s.a.w "Allah berkata benar dan perut saudaramu itu bohong" menunjukkan bahwa penyakit itu belum sembuh bukan karena obat yang diberikan tidak efektif, tapi perut si penderita terisi dengan zat-zat yang buruk. Karena itu, Rasulullah s.a.w memerintahkan lelaki itu agar (saudaranya yang sakit) mengonsumsi obat lagi karena perutnya terisi dengan zat-zat buruk dalam jumlah yang berlebihan.

Obat Rasulullah tidak sama dengan obat yang diberikan oleh para dokter dan tabib. Obat Rasulullah adalah pengobatan dan penyembuhan efektif yang berasal dari wahyu, dan petunjuk Rasulullah s.a.w sejalan dengan pikiran yang logis dan sempurna. Sebaliknya, sebagian besar obat yang diberikan orang-orang selain Rasulullah s.a.w berdasarkan hipotesis, observasi dan eksperimentasi.

Sebagian besar orang yang tidak dapat merasakan manfaat dari obat Rasulullah adalah karena obat tersebut hanya akan bermanfaat bagi orang-orang yang mengakui dan meyakininya. Karena percaya bahwa obat tersebut akan menolong, mereka pun mengandalkannya. Jika Al-Quran, yang merupakan obat bagi penyakit apa pun yang bersemayam dalam hati manusia, tidak diakui dan diterima dengan penuh keyakinan, Al-Quran tidak akan memberikan kesembuhan bagi hati manusia. Al-Quran hanya akan menambah penyakit pada hati orang-orang munafik.

Obat Rasulullah hanya cocok bagi tubuh yang baik dan bersih, sebagaimana Al-Quran hanya cocok bagi jiwa yang shaleh dan hati yang peka. Karena itu, mengabaikan obat Rasulullah berarti mengabaikan bantuan dan petunjuk Al-Quran, yang merupakan obat yang efektif. Dengan demikian, jika obat tersebut (Al-Quran dan obat Rasulullah) tidak mujarab, maka hal itu lebih disebabkan kondisi tubuh yang negatif, jiwa yang tidak cocok untuk menerima obat, bukan karena obat tidak berfungsi. Semoga Allah memberikan taufik-Nya.

BAB 3
LARANGAN MEMASUKI DAERAH YANG TERSERANG PES

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Sa'd bin Abi Waqqas ra bertanya kepada Usamah bin Zaid tentang apa yang ia dengar dari Rasulullah s.a.w mengenai Pes. Usamah ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Pes adalah hukuman yang dikirimkan oleh Allah kepada Bani Israil dan orang-orang sebelum kalian. Maka, jika kalian mendengar bahwa suatu negeri terserang Pes, janganlah kalian memasukinya. Tapi jika Pes menimpa negeri yang kalian tinggali, janganlah kalian keluar dari wilayah itu."

Dalam *Shahihain* juga diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Pes adalah mati syahid bagi setiap muslim."

Secara bahasa, Pes adalah sejenis wabah. Dalam istilah kesehatan, Pes adalah pembengkakan mematikan dan ganas yang menyebabkan radang yang sangat parah dan menyakitkan, dengan cepat mengubah wilayah terinfeksi menjadi berwarna hitam, hijau atau coklat. Segera setelah itu, borok mulai di sekitar wilayah yang kena. Pes biasanya menyerang tiga bagian tubuh, yaitu ketiak, belakang telinga, ujung hidung atau jaringan tubuh yang lunak. 'Aisyah ra meriwayatkan bahwa dirinya bertanya kepada Rasulullah s.a.w tentang Pes. Nabi s.a.w bersabda, "Suatu kelenjar seperti kelenjar unta yang tampak di bagian belakang ketiak dan sejenisnya."

Para dokter mengatakan bahwa jika infeksi berbahaya terjadi pada daging tubuh yang lembut seperti ketiak atau belakang telinga, infeksi itu dinamakan Pes. Pes disebabkan oleh darah yang rusak atau busuk (terinfeksi hama yang membawa penyakit dari hewan pengerat). Darah yang terinfeksi merusak organ tubuh yang diserangnya, kadang-kandang menyebabkan pendarahan dan nanah. Dalam hal ini, organ yang terinfeksi mengalirkan darah yang terinfeksi menuju jantung sehingga menyebabkan muntah, ketidaksadaran dan detak jantung yang cepat. Meskipun Pes melukiskan setiap radang yang mengirim darah rusak menuju jantung, kadangkala menjadi fatal, Pes terutama melukiskan infeksi yang menyerang jaringan-jaringan tubuh yang lunak. Karena darah yang terinfeksi sudah busuk, banyak organ tubuh menolak darah tersebut, kecuali organ-organ yang lemah.

Jenis Pes yang paling buruk adalah Pes yang menyerang belakang telinga dan Pes ketiak karena bagian tersebut lebih dekat ke organ-organ penting tubuh. Peluang untuk sembuh bagi orang yang menderita Pes hitam sangat kecil, sedangkan Pes merah dan kuning kurang berbahaya. Pes terjadi tiba-tiba di wilayah-wilayah terpolusi, tapi kata ini sebenarnya melukiskan setiap wabah, sebagaimana telah kami kemukakan dan al-Khalil telah menyetujuinya.

Kata wabah lebih umum dibandingkan (kata) Pes. Setiap Pes adalah wabah, namun tidak setiap wabah adalah Pes.

Pes menyebabkan infeksi, koreng dan peradangan membahayakan di wilayah-wilayah tubuh yang kami lukiskan. Menurut saya, hal ini hanyalah gejala-gejala Pes, karena para dokter yang melakukan observasi secara visual menyebutnya sebagai gejala-gejala Pes.

Kata Pes mengandung tiga pengertian. *Pertama*, gejala-gejala penyakit yang diamati dan dicatat para dokter. *Kedua*, kematian yang terjadi terhadap orang-orang yang tertimpa Pes, sebagaimana sabda Rasulullah s.a.w, "Pes adalah mati syahid bagi setiap muslim." *Ketiga*, penyebab terjadinya Pes adalah hukuman yang ditimpakan kepada Bani Israil."

Salain itu, Pes disebutkan dalam hadits lain, "Sesungguhnya Pes diakibatkan oleh sentuhan jin."

Rasulullah s.a.w juga bersabda, "Pes adalah akibat doa seorang Nabi."

Para dokter tak bisa menyangkal alasan-alasan yang telah kami sebutkan yang menjelaskan mengapa Pes terjadi, meskipun mereka menganggap tak ada bukti fisik yang mendukungnya. Para utusan Allah mengabarkan persoalan-persoalan gaib, sedangkan keahlian para dokter berkaitan dengan gejala-gejala fisik Pes. Para dokter berpendapat bahwa Pes tidak melibatkan jiwa karena tidak ada hubungan yang erat antara jiwa dan penderitaan tubuh akibat penyakit yang dapat menimbulkan kematian. Tetapi mereka juga tidak memberikan bukti-bukti material yang mendukung pendapat mereka.

Hanya orang yang sangat bodoh akan mengingkari pengaruh jiwa terhadap tubuh dan sifat manusia secara keseluruhan. Allah memberikan kepada jiwa kekuatan-kekuatan tertentu melebihi tubuh keturunan Adam pada saat wabah melanda atau udara tidak sehat. Jiwa juga mempunyai pengaruh tertentu terhadap tubuh. Pengaruh jiwa dapat dilihat saat tubuh menderita penyakit yang disebabkan oleh zat-zat merusak, terutama ketika darah, sperma atau cairan empedu hitam teriritasi. Ketika tubuh didera emosi dan penyakit semacam itu, penyakit jahat akan menguasai tubuh. Kecuali jika penderita menolak kekuatan jahat tersebut dengan kekuatan yang lebih besar, seperti berdzikir kepada Allah, berdoa kepada-Nya, menyeru dan memohon kepada-Nya, bersedekah dan membaca Al-Quran. Dengan demikian, malaikat-malaikat akan turun, mengalahkan dan menetralisasi pengaruh kekuatan jahat. Kami telah berhasil mencoba metode ini beberapa kali – hanya Allah yang berkuasa menghitungnya – dan kami menyaksikan pengaruh luar biasa dari kekuatan positif seperti itu (jiwa-jiwa yang baik). Dalam memperkuat ketetapan hati seseorang dan membebaskannya dari unsur-unsur buruk pada taraf-taraf awal, metode ini hampir tak pernah gagal. Jika orang merasa keburukan

menghampiri, seharusnya ia segera mengarahkan diri untuk melakukan perbuatan-perbuatan baik. Sebagaimana telah kami jelaskan, dengan cara ini perbuatan baik itu akan menghalangi dan menolak kekuatan (jiwa-jiwa) yang jahat. Ini adalah obat terbaik. Dalam hal ini, Allah akan menuntun orang tersebut menuju keberhasilan. Jika Allah memutuskan bahwa ketentuan takdir-Nya harus terjadi, Dia akan menjauhkan hati hamba-Nya dari pengetahuan dan niatan untuk melaksanakan perbuatan-perbuatan baik itu. Akibatnya, hamba tersebut tidak punya keinginan untuk melaksanakan perbuatan-perbuatan baik itu sehingga apa yang telah Allah putuskan terjadi.

Insya Allah, kami akan menguraikan pokok bahasan di atas pada saat membahas obat-obatan ilahiah berupa ruqyah, formula-formula doa Islami (secara harfiah ruqyah berarti mantra), doa-doa Rasulullah, beragam jenis doa, bentuk-bentuk khusus dzikir kepada Allah dan amal shaleh. Kami juga akan menegaskan bahwa membandingkan pengobatan Rasulullah dengan pengobatan medis adalah seperti membandingkan obat biasa dengan obat yang diresepkan dokter, sebagaimana dokter terbaik telah mengakuinya. Kami juga akan menjelaskan secara panjang lebar bahwa tubuh lebih terpengaruh oleh jiwa. Kami juga akan menguraikan bahwa ruqyah dan berbagai doa lebih baik dan lebih ampuh daripada obat-obatan yang paling manjur sekalipun. Doa-doa tersebut dapat menetralisasi pengaruh racun yang mematikan.

Kami ingin menekankan kembali fakta bahwa udara yang tidak sehat memiliki peran penting dalam menimbulkan Pes. Udara menjadi tidak sehat ketika tercemar materi-materi yang merusak atau zat-zat penyebab polusi. Ini bisa terjadi kapan saja, meskipun biasanya pada akhir musim panas dan musim gugur. Karena pada waktu-waktu tersebut (dan ketika udara sangat terpolusi) ekskresi cairan empedu akut akan terakumulasi selama musim panas. Tetapi tidak akan matang pada akhir musim. Karena pada musim gugur udara biasanya dingin, ekskresi-ekskresi yang belum matang dan terakumulasi tersebut menjadi panas, mulai membusuk dan hancur

hingga menimbulkan penyakit-penyakit yang buruk. Ini akan menjadi masalah terutama ketika tubuh yang akan menerima penyakit-penyakit tersebut menjadi tidak aktif atau lamban dan memiliki materi-materi rusak yang melimpah. Akibatnnya, tubuh sulit menangkal penyakit.

Kami ingin menyatakan bahwa musim terbaik adalah musim semi, terutama udaranya. Hipokrates berkata, "Musim gugur membawa macam-macam penyakit terburuk dan mematikan. Musim semi, sebaliknya, merupakan musim terbaik dan memiliki angka kematian terkecil." Pada musim semi dan panas, biasanya banyak ahli obat dan pengurus jenazah berhutang. Sebaliknya, musim gugur adalah musim yang membahagiakan dan ditunggu-tunggu kedatangannya oleh mereka karena membawa rezeki karena banyak orang yang sakit dan meninggal.

Dalam sebuah hadits diriwayatkan:

"Apabila Najm (bintang) sudah terbit, segala bencana akan hilang dari setiap negeri"

Arti kata *Najm* adalah bintang atau tumbuhan yang muncul pada musim semi sebagaimana firman Allah:

Tumbuh-tumbuhan (atau bintang) dan pohon bersujud (kepada Allah). (QS. Ar-Rahman:6)

Najm di sini berarti musim semi. Musim semi adalah musim ketika pepohonan berada pada kondisi prima dan dengan demikian wabah lenyap.

Mengenai *najm* (yang dimaksud di sini adalah Bintang Utara), ketika bintang itu muncul dan kemudian terbenam menjelang fajar, penyakit-penyakit menghebat. At-Tamimi mengatakan dalam bukunya *Maadatul Baqaa* (Rahasia Kehidupan), "Dua periode terburuk dalam setahun dan paling merugikan tubuh adalah saat Bintang Utara terbenam menjelang fajar dan terbit dari timur sebelum matahari muncul ke atas permukaan bumi. Ini periode ketika musim semi berakhir. Namun kerugian ketika bintang itu muncul lebih kecil daripada kerugian

periode terbenamnya." Abu Muhammad bin Qutaibah berkata, "Kapan pun bintang kejora terbit atau terbenam, timbul wabah pada manusia dan unta. Wabah yang muncul saat bintang itu terbenam lebih buruk daripada waktu gugusan bintang itu terbit."

Pendapat ketiga mengenai makna hadits tersebut yaitu bintang yang dimaksud adalah bintang kejora, sedangkan wabah yang dimaksud adalah hama yang menyerang tumbuhan dan buah-buahan pada musim dingin dan awal musim semi. Jika musim itu terbit, tumbuh-tumbuhan akan aman dari wabah. Itulah sebabnya Rasulullah s.a.w melarang menjual atau membeli buah-buahan sebelum ada kepastian buah-buahan itu bebas dari penyakit.

Rasulullah s.a.w melarang umat Muslim memasuki daerah yang terserang Pes. Bahkan juga melarang umatnya yang secara kebetulan berada di daerah yang terserang Pes meninggalkan daerah tersebut. Larangan itu merupakan tindakan pencegahan terbaik karena jika seseorang memasuki wilayah yang terserang Pes, berarti ia membuka dirinya terhadap risiko terinfeksi yang merugikan. Menantang bahaya seperti itu berarti menentang agama dan akal sehat. Menjauhkan diri dari daerah-daerah yang terserang Pes merupakan langkah pencegahan yang diperintahkan Allah kepada manusia. Dalam hal ini manusia harus melaksanakan pantangan atau tindakan pencegahan dengan menghindari wilayah-wilayah dan udara yang berkombinasi.

Larangan Rasulullah kepada Umat Muslim untuk meninggalkan wilayah yang terserang wabah itu mengandung dua kemungkinan makna:

Pertama, mendorong hati manusia untuk tawakal kepada Allah dengan penuh kesabaran dan ridha atas keputusan-Nya. *Kedua,* para ahli kesehatan mengatakan bahwa cara terbaik menjaga diri agar tidak sakit sebelum dan selama berlangsungnya wabah adalah membantu tubuh menghilangkan cairan-cairan dan kelembaban yang merugikan, melakukan pantangan dan secara umum memelihara kekeringan tubuh. Mereka mengingatkan pentingnya olahraga dan mandi. Karena, biasanya tubuh manusia mengandung zat-zat merugikan dan tidak

berfungsi dan kadang-kadang dapat dihidupkan kembali melalui olahraga dan mandi. Lalu zat-zat tersebut akan bercampur dengan zat lain yang bermanfaat dalam tubuh sehingga mengakibatkan timbulnya beberapa penyakit. Karena itu, ketika Pes menyerang suatu negeri, hal terpenting yang dapat dilakukan adalah tetap tinggal di negeri itu, sehingga zat-zat merugikan dalam tubuhnya tidak muncul atau mengganggu. Meninggalkan wilayah yang diserang Pes membutuhkan gerak dan usaha fisik, dan ini sangat merugikan.

Pernyataan-pernyataan dari ahli kesehatan terbaik masa lampau dan masa sekarang tersebut menjelaskan keakuratan perintah Rasulullah yang menjamin kesehatan hati dan tubuh.

Jika seseorang bertanya, "Apakah Rasulullah s.a.w bersabda, 'Janganlah meninggalkannya dan jauhkanlah diri,' berarti mengingkari makna yang telah dinyatakan. Meninggalkan negeri yang terserang Pes karena alasan lain selain menjauhkan diri seperti bepergian berarti terbebaskan dari larangan."

Kami jawab pertanyaan ini dengan menyatakan tak ada seorang pun, baik seorang dokter atau lainnya, berpendapat bahwa semua bentuk gerak dilarang ketika Pes melanda suatu negeri karena manusia tak dapat bertindak seperti benda mati. Bahkan, menyibukkan diri dalam aktivitas-aktivitas tak perlu dicegah selama terjadinya wabah. Tak ada alasan untuk meninggalkan negeri yang terserang Pes selain melarikan diri dari Pes, sedangkan berdiam diri dan tenang lebih baik bagi hati dan tubuh manusia dalam situasi ini. Tetap diam mencerminkan sikap manusia yang mengandalkan, menggantungkan nasibnya dan tunduk kepada keputusan-keputusan Allah. Penduduk yang perlu bergerak, seperti buruh, pekerja pabrik dan musafir tidak perlu tetap berada dalam kondisi benar-benar tidak aktif, tetapi menahan diri dari gerakan-gerakan yang tidak perlu seperti bepergian untuk melarikan diri dari Pes.

Hikmah besar yang terkandung di balik larangan memasuki wilayah yang terserang Pes adalah :

- Menghindari bencana dan berbagai penyebabnya.
- Memelihara kesehatan yang merupakan sarana manusia untuk memenuhi kebutuhan hidup dan akhirat.
- Agar manusia tidak jatuh sakit saat menghirup udara yang terpolusi dan terkontaminasi.
- Menghindari pergaulan akrab dengan orang-orang yang tertimpa Pes agar tidak tertular; dan
- Menjaga tubuh dan jiwa dari kontaminasi dan takhayul yang hanya merugikan orang-orang yang mempercayainya.

Walhasil, larangan memasuki wilayah yang terserang Pes merupakan tindakan pencegahan dan sejenis pantangan untuk menjauhkan manusia dari jalan-jalan yang merugikan. Larangan meninggalkan wilayah yang terserang Pes menghasilkan ketundukan kepada kehendak dan keputusan Allah. Perintah pertama mengajarkan dan mendidik, sedangkan perintah kedua menghasilkan ketundukan dan mengembalikan semua masalah pada kehendak Allah.

Berikut ini kisah para sahabat Nabi s.a.w yang diceritakan oleh Ibnu Abbas ra tentang perlunya menghindari wilayah yang terserang wabah penyakit.

Umar ra dalam perjalanan menuju Syam. Ketika tiba di wilayah Sargh, ia bertemu dengan abu Ubaidah bin al-Jarraah ra dan beberapa orang lainnya. Mereka memberitahu Umar ra bahwa telah terjadi Pes di Syam. Mereka menanyakan pendapat Umar ra tentang apa yang harus diperbuat.

Kemudian Umar berkata kepada Ibnu Abbas, "Panggillah kaum Muhajirin awal."

Ibnu Abbas memanggil mereka dan memberitahu bahwa Pes menyerang Syam. Mereka juga berbeda pendapat. Sebagian dari mereka berkata (kepada Umar), "Engkau keluar untuk maksud tertentu dan kita tidak akan kembali hingga maksud itu tercapai."

Yang lain berkata, "Dalam kelompokmu terdapat orang-orang

terbaik dan sahabat-sahabat Nabi s.a.w yang masih ada. Kami kira tidak pantas engkau mengirim mereka ke daerah Pes."

Umar berkata, "Menjauhlah dari sini." Kemudian ia melanjutkan, "Panggillah kaum Anshar untuk dimintai pendapat."

Ibnu Abbas memanggil mereka. Setelah kaum Anshar tiba, Umar meminta pendapat mereka. Sebagaimana kaum Muhajirin, kaum Anshar juga berbeda pendapat.

"Menjauhlah kalian dari sini," perintah Umar. Kemudian ia berkata "Panggillah para pemimpin Quraisy yang memeluk Islam saat penaklukan Mekah.."

Ibnu Abbas pun memanggil para pemimpin kaum Quaraisy itu. Di antara para pemimpin Quraisy itu tak terjadi perdebatan dan mereka semua berkata, "Kami minta agar engkau dan rombonganmu kembali. Jangan biarkan mereka terkena Pes."

"Pada pagi hari, saya akan mengendarai tungganganku dan seharusnya kalian juga," kata Umar kepada orang banyak.

Abu Ubaidah bin al-Jarrah berkata, 'Wahai Amirul Mukminin! Apakah engkau lari dari takdir Allah?"

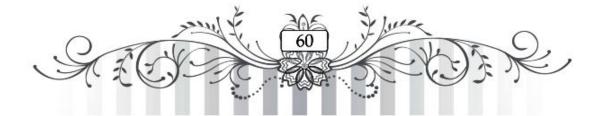
Umar menjawab, "Mestinya orang lain yang berkata seperti itu. Wahai Abu Ubaidah! Ya, kita lari dari takdir Allah menuju takdir Allah lainnya. Andaikan engkau memiliki seekor unta yang tiba di suatu lembah yang memiliki dua lereng, yang satu subur dan lainnya tandus, bukankah engkau akan membiarkan untamu makan di lereng yang subur? Engkau dapat melakukan itu dengan takdir Allah? Dan jika kamu menggembalakannya di lereng yang gersang, kamu pun melakukannya dengan takdir Allah juga."

Abdurrahman bin Auf kembali dari memenuhi kebutuhannya lalu berkata, "Saya sudah mengetahui masalah ini. Saya mendengar Rasulullah bersabda, 'Jika kalian mendengar ada Pes di negeri tempat kalian berada, janganlah kalian melarikan diri dari wilayah itu. Dan bila kalian mendengar Pes menimpa suatu negeri, janganlah kalian memasukinya.'"

BAB 4
MENGOBATI PENYAKIT ISTISQA

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Anas bin Malik ra berkata, "Beberapa orang dari suku 'Ukl dan 'Urainah datang ke Madinah dan mengeluh bahwa mereka terjangkit penyakit istisqa. Mereka memperlihatkan rasa tidak suka kepada Nabi yang menyuruh mereka mendatangi sekelompok unta zakat untuk minum susu dan urine unta-unta itu (sebagai obat). Mereka pun menuruti perintah Rasulullah. Setelah mereka sembuh, mereka malah membunuh gembala dan mengusir unta-unta tersebut, menentang Allah dan Rasul-Nya. Kemudian Rasulullah s.a.w mengirim beberapa orang untuk mengejar dan menangkap mereka."

Bukti bahwa penyakit ini adalah istisqa berasal dari Imam Muslim yang meriwayatkan dalam *Shahih*-nya dari hadits yang sama di atas bahwa orang-orang Badui berkata, "Cuaca Madinah tidak cocok bagi kami, perut kami menggembung dan organ-organ kami gemetar… (dan seterusnya)."

Jawa adalah penyakit perut, sedangkan istisqa adalah penyakit fisik yang terjadi ketika hawa dingin yang membahayakan menembus organ-organ tubuh, kecuali organ pencernaan, sehingga organ-organ itu membengkak. Ada tiga bentuk istisqa: (1) Dalam jaringan tubuh, ini yang paling akut; (2) Dalam rongga tubuh; dan (3) Busung.

Karena obat yang dibutuhkan bagi penyakit ini meliputi obat pencahar atau laksatif ringan dan obat pelancar buang air kecil atau diuretik yang membantu membersihkan tubuh dari cairan, sedangkan diuretik terkandung di dalam susu dan urine unta, maka Rasulullah s.a.w memerintahkan orang-orang 'Ukl dan 'Urainah (atau Badui) minum susu dan urine unta. Susu unta merupakan laksatif ringan, diuretik, yang berkhasiat membersihkan dan membuka organ-organ yang tersumbat serta menghilangkan rintangan-rintangan dan meringankan tubuh. Ini karena unta memakan tumbuhan seperti *qaishum*, akar-akaran, *babons*, *daisy* dan *idzkir* yang berkhasiat menyembuhkan istisqa.

Penyakit ini merupakan gejala dari suatu penyakit di dalam lever, terutama disebabkan oleh penyumbatan di dalam organ tersebut. Susu unta Arab dapat membantu membuka bagian-bagian yang tersumbat. Ar-Razi berkata, "Susu unta betina meringankan lever dan kerusakan metabolisme tubuh." Al-Israili berkata, "Susu unta betina merupakan susu paling lembut, paling sedikit kepekatannya dan paling ringan. Susu unta betina paling baik untuk menggerakkan usus besar, sebagai laksatif dan membuka bagian-bagian yang tersumbat. Susu ini mengandung sedikit garam yang dihasilkan panas alami hewan. Karena itu, susu unta betina adalah obat paling cocok bagi lever karena meringankan lever, membuka pori-pori dan pembuluh-pembuluh darah, serta melembutkan makanan yang keras. Susu segar dan hangat jika dicampur dengan urine unta yang segar dan hangat bermanfaat melawan istisqa. Campuran ini berfungsi sebagai laksatif serta lebih bergaram dan menambah kemanjurannya dalam melarutkan cairan-cairan yang merugikan. Jika kombinasi susu dan urine tidak dapat membersihkan perut, orang harus mengonsumsi laksatif." Pengarang *al-Qanun* berkata, "Jangan menghiraukan orang-orang yang mengatakan bahwa susu tidak menyembuhkan istisqa. Susu unta adalah penyembuh yang efektif. Susu ini sangat bermanfaat sehingga jika orang mengganti air dan makanan dengan

susu unta, ia akan sembuh. Sebagian orang yang datang ke tanah Arab mencoba obat ini dan sembuh. Urine unta terbaik adalah urine unta orang-orang Badui."

Kisah itu mengandung bukti yang mendorong penggunaan obat-obatan dan menunjukkan kesucian urine unta. Hadits tersebut juga mengindikasikan kesucian susu dari hewan yang halal dimakan oleh kaum Muslim. Karena memanfaatkan sesuatu yang haram, meskipun untuk pengobatan, adalah haram. Orang-orang yang disebutkan dalam hadits tersebut tidak diperintahkan untuk mencuci mulut atau pakaian mereka ketika hendak shalat, meskipun mereka mualaf.

Kisah tersebut juga menunjukkan bahwa pelaku kejahatan dihukum sesuai dengan kejahatan yang dilakukannya. Orang-orang yang disebutkan dalam hadits tersebut membunuh gembala dan mencungkil matanya, sehingga mereka patut dihukum dengan cara yang sama pula. Ini telah diterangkan dalam *Shahih* Muslim.

Kisah tersebut juga membuktikan bahwa semua anggota kelompok itu dibunuh meskipun korbannya hanya satu orang. Kisah ini mengindikasikan bahwa orang harus dihukum sesuai dengan hukum persamaan hak dan perbuatan kriminal. Kedua hukum itu dapat diterapkan. Karena itu, Rasulullah s.a.w memerintahkan agar tangan dan kaki para pelaku kejahatan itu dipotong sebagai hukuman dari Allah dan mereka juga dibunuh karena sudah berani membunuh seorang gembala. Kisah itu juga membuktikan bahwa perampok dan pembunuh dihukum dengan dipotong tangannya kemudian dibunuh. Hukuman untuk kejahatan ganda juga harus digandakan.

BAB 5
MENGOBATI LUKA

Dalam *Shahihain* diriwayatkan dari Abu Hazm bahwa Sahl bin Sa'd ra ditanya tentang bagaimana luka-luka Rasulullah dalam perang Uhud diobati. Sahl menjawab, "Wajah Rasulullah terluka, kakinya patah dan topi baja yang dikenakannya pecah. Fatimah ra, putrinya, membersihkan darah Nabi s.a.w, sedangkan Ali menuangkan air di tangan Fatimah dengan perisainya. Ketika putri Nabi itu menyadari bahwa pendarahan tidak berhenti, ia membakar daun kurma, lalu memasukkan abunya ke dalam luka Rasulullah sehingga pendarahan berhenti."

Abu daun kurma sangat manjur untuk menghentikan pendarahan. Abu daun kurma merupakan bahan kering yang ampuh namun tidak panas menggigit. Obat kering yang panas menggigit pada kulit dapat menyebabkan darah bergejolak dan pendarahan menderas. Abu daun kurma atau yang dicampur cuka dapat digunakan untuk menghentikan mimisan. Pengarang *al-Qanun* berkata, "*Al-baradii* (lontar) manjur untuk menghentikan perdarahan dan jika ditaruh di atas luka akan melapisi daging tubuh yang terluka. Pada zaman Mesir kuno, kertas dibuat dari lontar yang bersifat dingin dan kering. Abu lontar manjur mengobati sariawan, infeksi, batuk darah dan mencegah meluasnya borok berbahaya."

BAB 6
PENGOBATAN DENGAN MADU, BEKAM DAN BESI PANAS (KAYY)

Bukhari meriwayatkan dari Said bin Zubair dari Ibnu Abbas bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Penyembuhan terjadi dengan tiga cara, yaitu minum madu, berbekam dan besi panas. Aku melarang umatku menggunakan besi panas."

Abu Abdullah al-Masiri berkata bahwa penyakit karena penyumbatan meliputi perdarahan, jenis kuning, jenis yang menyerang tenggorokan dan jenis hitam. Jika terjadi perdarahan yang berlebihan, darah yang rusak perlu dikeluarkan. Jika penyakit termasuk tiga kategori lainnya, maka penyembuhannya dengan mengonsumsi obat pencahar yang sesuai dengan masing-masing penyakit.

Rasulullah s.a.w lebih menyukai madu daripada laksatif dan berbekam daripada penusukan urat darah. Sebagian orang mengatakan bahwa jika bekam tidak ampuh, jalan terakhir adalah *kayy*. Rasulullah s.a.w menyebutkan *kayy* sebagai metode pengobatan ketika resistensi terhadap obat sangat kuat sehingga tidak efektif. "Aku melarang umatku mengecap dengan besi panas," atau, dalam riwayat lain, "Saya tidak suka dicap dengan besi panas," yang menunjukkan bahwa *kayy* seharusnya ditunda sampai benar-benar diperlukan. Pengobatan dengan besi panas ini tidak boleh menjadi pilihan pertama, sebab kepedihan yang ditimbulkannya luar biasa. Karena itu, gunakan

cara lain yang kepedihannya lebih ringan sebagai pengobatan.

Sebagian dokter mengatakan bahwa penyakit-penyakit metabolisme kadang bersifat materi atau non materi. Jenis-jenis materi yang mengganggu adalah dingin, panas, basah, kering atau kombinasi dari kondisi-kondisi tersebut. Panas dan dingin bersifat aktif (menyerang), sedangkan dua lainnya, yakni basah dan kering, biasanya pasif (terserang).

Prosedur ini dapat mengeluarkan materi berbahaya dan mendinginkan metabolisme. Jika penyakitnya dingin, pengobatannya dengan panas, yang terdapat pada madu. Untuk mengeluarkan materi dingin yang telah menyebabkan penyakit, madu juga dapat membantu. Karena, madu bersama zat lain berfungsi untuk membersihkan, melembutkan, meredakan dan mencuci organ-organ yang terserang dan dapat mematangkan beragam zat. Materi berbahaya akan dikeluarkan sewaktu menyelamatkan tubuh dari gangguan penggunaan laksatif yang kuat.

Penyakit jasmani mungkin berupa penyakit akut dan penyakit kronis. Pengobatan penyakit akut tidak memerlukan *kayy* (terapi besi panas) karena akan segera ternetralisasi, sedangkan pengobatan terbaik untuk penyakit kronis setelah dilakukan ekstraksi zat-zat berbahaya adalah *kayy* pada organ tertentu. Penyakit-penyakit kronis biasanya disebabkan oleh zat-zat berbahaya yang kental dan dingin yang berada di dalam organ yang terserang, mengakibatkan organ menjadi sakit, merusak kondisi tubuh, dan akibatnya, meradangkan bagian-bagian tubuh yang secara langsung berhubungan dengan organ yang terserang. Karena itu, *kayy* seharusnya digunakan untuk menghilangkan dan membuang zat-zat berbahaya dalam organ yang terserang. Hadits tersebut menjelaskan pengobatan bagi semua jenis penyakit jasmani, sebagaimana kita mempelajari metode pengobatan bagi semua penyakit sederhana (yang disertai demam) dari hadits, "panasnya demam merupakan panasnya api neraka, karena itu dinginkanlah dengan air."

Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-nya dari hadits Jabir bin Al-Mughalis dan ini adalah hadits lemah dari Katsir bin Salim bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Pada malam *Isra'*, setiap kelompok malaikat yang kulalui berkata, 'Wahai Muhammad, perintahkanlah umatmu untuk berbekam.'"

Dalam *Shahihain* dari hadits Thawus dari Ibnu Abbas diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w pernah berbekam dan membayar tukang bekam. Dalam kitab itu juga disebutkan dari Humaid at-Tawil dari Anas bahwa Abu Taibah membekam Rasulullah dan dia dibayar satu *sa'* (setakar) kurma. Beliau juga memerintahkan para majikan untuk mengurangi pajak Abu Taibah (karena ia seorang budak dan harus membayar pajak kepada mereka). Rasulullah s.a.w kemudian bersabda, "Pengobatan terbaik bagi kamu adalah bekam."

At-Tirmidzi dalam *Jami'*-nya meriwayatkan dari Abbad bin Manshur bahwa ia berkata, "Saya pernah mendengar Ikrimah meriwayatkan bahwa Ibnu Abbas mempunyai tiga orang budak yang pandai membekam. Dua di antaranya biasa menerima upah dari keluarga beliau ketika membekam. Seorang di antaranya biasa membantu beliau dan keluarga beliau dengan kepandaiannya membekam." Ibnu Abbas pernah berkata bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Orang yang paling baik adalah seorang tukang bekam, karena ia mengeluarkan darah, meringankan otot kaku dan mempertajam pandangan mata orang yang dibekam." Rasulullah pada saat *Mi'raj*, setiap kali melewati sekelompok malaikat, mereka berkata, "Hendaknya engkau membiasakan diri melakukan bekam." Ibnu Abbas menambahkan, "Waktu terbaik untuk melakukan bekam adalah tanggal tujuh belas, sembilan belas dan dua puluh satu. Rasulullah s.a.w bersabda, "Sesungguhnya pengobatan terbaik bagi kalian adalah *sa'uuth, ladud*, bekam dan jalan kaki. Rasulullah s.a.w pernah melakukan *ladud*. Beliau berkata, "Siapa yang dapat melakukan *ladud* terhadapku? Mereka semua diam saja. Yang tinggal di rumah ini hanyalah yang dapat melakukan *ladud*, yaitu Al-Abbas." Hadits ini *gharib*, diriwayatkan oleh Ibnu Majah.

Cuci darah dan penusukan pembuluh darah lebih bermanfaat untuk mengeluarkan darah dari bagian-bagian dalam tubuh. Berbekam berfungsi menghilangkan darah dari berbagai bagian kulit.

Penerapan berbekam atau menusuk pembuluh darah tergantung pada waktu, daerah, usia dan kondisi pasien. Sebagai contoh, berbekam lebih bermanfaat daripada cuci darah pada daerah panas, cuaca panas dan organ-organ bertemperamen panas, yang memiliki darah mendekati matang. Darah berbahaya dan matang akan berkumpul di dekat kulit. Berbekam mengeluarkan darah kotor secara lebih efisien dibandingkan cuci darah. Itulah sebabnya membekam anak-anak dan orang yang tak tahan dicuci darah akan lebih bermanfaat.

Para dokter menyatakan bahwa berbekam yang dilaksanakan di daerah-daerah panas lebih baik daripada cuci darah. Pelaksanaannya lebih diutamakan pada pertengahan atau akhir bulan, terutama pada seperempat akhir bulan. Pada awal bulan, darah telah teriritasi, mengandung materi-materi kotor yang perlu dibekam. Pada akhir bulan, darah tidak lancar mengalir. Pada pertengahan bulan dan seperempat akhir bulan, darah mengalir secara teratur dan cukup diproduksi.

Pengarang *al-Qanun* menyatakan, "Berbekam tidak baik pada awal bulan karena beragam kondisi tubuh tidak bergerak secara teratur dan tidak baik dilakukan pada akhir bulan karena kondisi telah menurun. Berbekam diutamakan pada pertengahan bulan ketika zat-zat (dari keadaan atau kondisi tubuh) terakumulasi dan menjadi bergerak."

Hadits bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Berbekam adalah pengobatan terbaik kalian" ditujukan kepada penduduk Hijaz dan penduduk daerah-daerah panas. Kondisi darah mereka baik dan bersirkulasi lebih dekat ke permukaan kulit, sementara pori-pori kulit membuka lebar dan kekuatan mereka melemah (maksudnya pada musim panas). Cuci darah biasanya mempunyai manfaat khusus. Sebagai contoh, penusukan pembuluh darah basilik (pembuluh darah besar yang terbentang di sisi dalam dari lengan atas) bermanfaat

menyembuhkan panas lever, limpa dan beragam penyakit yang disebabkan oleh darah di dua organ ini. Penusukan ini juga bermanfaat mengatasi radang paru-paru, juga bermanfaat untuk usus dan ginjal serta berbagai penyakit darah mulai dari lutut hingga pinggul. Penusukan pembuluh darah pada kelopak mata dapat menyembuhkan berbagai penyakit tubuh (yang berkaitan dengan darah atau bila terjadi darah kotor pada tubuh). Penusukan pembuluh darah punggung dapat menyembuhkan penyakit di kepala dan leher akibat jumlah darah berlebihan atau darah kotor. Penusukan pembuluh darah leher dapat menyembuhkan penyakit-penyakit limpa, asma, rongga dada dan sakit dahi.

Membekam punggung bagian atas dapat menyembuhkan penyakit bahu dan tenggorokan. Membekam dua pembuluh leher dapat menyembuhkan penyakit kepala, wajah, gigi, telinga, hidung dan tenggorokan, jika penyakit ini disebabkan oleh kelebihan darah, darah yang kotor atau keduanya.

Anas ra berkata: Rasulullah s.a.w biasa berbekam pada dua pembuluh leher dan bagian atas punggung. Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w biasanya berbekam pada tiga tempat, yaitu punggung bagian atas dan pembuluh darah leher.

Dalam *Shahih* diriwayatkan bahwa saat *ihram* (untuk haji atau umrah) Rasulullah s.a.w membekam kepalanya karena sakit kepala. Dalam *As-Sunan* Ibnu Majah diriwayatkan bahwa Jibril turun kepada Nabi dan membekam beliau pada dua pembuluh leher dan punggung bagian atas. Abu Dawud meriwayatkan bahwa Jabir ra meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w biasa membekam pangkal pahanya karena kelemahan tubuh yang beliau derita.

Para dokter berbeda pendapat mengenai bekam pada rongga tengkuk. Abu Nuaim menyebutkan dalam kitabnya *Ath-Thibbun Nabawi* sebuah hadits, "Gunakanlah bekam pada rongga tengkuk karena ia menyembuhkan lima penyakit, salah satunya lepra." Dalam hadits lain disebutkan dapat menyembuhkan 72 penyakit.

Sebagian dokter menyetujui bekam di rongga tengkuk. Mereka mengatakan bahwa berbekam dapat menyembuhkan rabun, tonjolan bola mata yang abnormal, kelayuan alis dan kelopak mata serta melawan sebangsa kudis di kelopak mata.

Dalam riwayat lain disebutkan bahwa ketika Ahmad bin Hanbal membekam rongga tengkuknya, ia melakukannya di kedua sisi tengkuk, bukan di rongga tengkuknya.

Pengarang *al-Qanun* tidak menyukai berbekam pada rongga tengkuk dengan alasan, "Membekam rongga tengkuk dapat menimbulkan sifat pelupa sebagaimana disabdakan Nabi Muhammad s.a.w. Karena, bagian belakang otak merupakan lokasi kekuatan memori dan membekamnya dapat mengganggu kekuatan memori itu."

Sebagian orang mengatakan bahwa hadits tersebut tidak *shahih*. Meskipun hadits tersebut *shahih*, kata mereka, berbekam melemahkan otak jika dilakukan tanpa kebutuhan yang membenarkannya. Jika dibenarkan, membekam rongga tengkuk secara medis dan agama dapat menyembuhkan tekanan darah di rongga tersebut. Riwayat-riwayat yang *shahih* telah menyatakan bahwa Rasulullah s.a.w biasa berbekam di beberapa bagian belakang lehernya dan bagian lain tubuhnya sebanyak yang diperlukan.

Membekam dagu dapat menyembuhkan sakit gigi, penyakit wajah dan infeksi tenggorokan jika dilakukan pada waktu yang tepat. Membekam bawah dagu juga membersihkan kepala dan rahang. Membekam bagian atas kaki dapat menggantikan penusukan safena, yakni vena pada tumit. Jenis berbekam ini juga dapat menyembuhkan borok yang menyerang paha dan kaki, gangguan menstruasi dan iritasi kulit pada testis.

Membekam bagian bawah dada dapat menyembuhkan jerawat serta sakit dan kudis di paha, encok, wasir, penyakit gajah dan gatal di punggung.

BAB 7
WAKTU UNTUK BERBEKAM

At-Tirmidzi meriwayatkan dalam kitabnya *Al-Jami'* sebuah hadits dari Ibnu Abbas bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Waktu yang paling tepat untuk bekam adalah tanggal 17, 19 atau 21." Rasulullah membekam pembuluh-pembuluh leher dan bagian atas punggung pada hari ke 17, ke 19 atau ke 21.

Dalam *As-Sunan* Ibnu Majah diriwayatkan dari Anas ra bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Barang siapa ingin berbekam, hendaklah ia melakukannya pada tanggal 17, 19 atau 21 untuk mencegah darah berbahaya yang dapat menyebabkan kematian pada salah seorang di antara kalian."

Dalam *As-Sunan* Abu Dawud disebutkan bahwa Abu Hurairah ra meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Orang yang berbekam pada tanggal 17, 19 atau 21, dapat menyembuhkan setiap penyakit."

"Setiap penyakit" yang disebutkan dalam hadits di atas maksudnya penyakit-penyakit yang berkaitan dengan darah.

Hadits-hadits ini sesuai dengan pendapat para dokter bahwa berbekam lebih diutamakan pada paruh terakhir bulan dan kwartal ketiganya daripada awal atau akhir bulan. Namun, jika sangat mendesak, berbekam dapat dilakukan kapan saja, baik awal maupun akhir bulan. Al Khallal berkata: Usamah bin Issam menyatakan kepada

saya bahwa Abu Abdullah Ahmad bin Hanbal biasa berbekam kapan saja pada bulan yang sedang berjalan jika darah kotornya mulai mengganggu.

Pengarang *al-Qanun* berkata, "Waktu yang cocok untuk berbekam pada siang hari adalah jam dua atau tiga dan setelah mandi. Jika diperlukan, orang seharusnya mandi dahulu, beristirahat satu jam lalu berbekam." Berbekam tidak boleh dilakukan ketika perut penuh karena dapat menimbulkan berbagai penyakit, khususnya jika makanannya berat dan tidak sehat.

Dikatakan bahwa bekam dalam keadaan perut lapar adalah obat, sebaliknya ketika perut kenyang menjadi penyakit. Jika dilakukan pada hari ke 17 (dari bulan Hijriah), bekam menjadi obat. Pemilihan waktu terbaik untuk berbekam merupakan bentuk kehati-hatian dan dapat memelihara kesehatan dan mencegah bahaya yang akan menimpa tubuh. Namun, jika penyakit menghebat, berbekam dibenarkan karena Rasulullah s.a.w bersabda, "Agar darah berbahaya tidak menyebabkan kematian pada salah seorang di antara kalian."

Imam Ahmad biasa berbekam kapan saja dari bulan yang sedang berjalan jika secara medis dibenarkan.

Mengenai hari-hari terbaik dalam seminggu untuk berbekam, al-Khallal menceritakan bahwa ketika Imam Ahmad ditanya tentang hari apa saja yang tidak diperbolehkan berbekam, ia menjawab, "Hari Rabu dan Sabtu." Al-Khallal juga meriwayatkan dari Husain bin Hasan bahwa Imam Ahmad ditanya tentang hari-hari yang kurang baik untuk berbekam, ia menjawab, "Hari Sabtu dan Rabu, juga Jumat sebagaimana diberitakan."

Al-Khallal meriwayatkan dari Abu Salamah dan Abu Said Al-Maqburi, dari Abu Hurairah dalam hadits *marfu'*: "Barangsiapa yang melakukan bekam pada hari Rabu atau hari Sabtu, lalu ia terserang penyakit panu atau kusta, maka hendaklah ia menyalahkan dirinya sendiri."

Al-Khallal juga meriwayatkan: Muhammad bin Ali bin Ja'far mengabarkan bahwa Ya'qub bin Bakhtaan menceritakan sebuah

riwayat kepada mereka. Ia berkata: Imam Ahmad pernah ditanya tentang berkapur dan berbekam pada hari Sabtu dan Rabu. Imam Ahmad menganggapnya *makruh*. Dia berkata, "Aku pernah mendengar seseorang melakukan bekam dan sejenisnya pada hari Rabu, lalu ia terserang kusta." Aku bertanya kepada beliau, "Apakah karena ia meremehkan hadits tersebut?" Dia menjawab, "Ya."

Dalam kitab *Al-Afrad* diriwayatkan oleh AdDaruquthni dari hadits Nafi bahwa ia menceritakan: Abdullah bin Umar bercerita kepadaku, "Darahku bergejolak, tolong panggilkan seorang tukang bekam. Tetapi jangan anak kecil atau orang yang sudah tua renta. Karena aku pernah mendengar Rasulullah s.a.w bersabda, "Bekam itu dapat menambah daya tahan tubuh, dapat menambah kemampuan berpikir. Lakukan bekam dengan menyebut nama Allah. Namun jangan lakukan pada hari Kamis, Jumat, Sabtu dan Ahad. Lakukanlah hari Senin. Lepra dan kusta hanya turun pada hari Rabu."

AdDaruquthni berkata: Ziyad bin Yahya menyendiri dalam meriwayatkan hadits tersebut, dan Ayyub telah meriwayatkannya dari Nafi', dalam riwayat ini beliau bersabda, "Berbekamlah kalian pada hari Senin dan Selasa dan janganlah kalian berbekam pada hari Rabu."

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan dari hadits Abu Bakrah bahwa dia tidak suka melakukan bekam pada hari Selasa. Dia berkata: Rasulullah s.a.w pernah bersabda, "Hari Selasa adalah hari berdarah. Ada satu waktu di hari itu di mana darah tidak dapat berhenti mengalir."

Hadits-hadits sebelumnya yang telah kami sebutkan menunjukkan bahwa berobat, termasuk berbekam, diperbolehkan. Tapi, bekam harus dilakukan di bagian tubuh yang paling membutuhkan. Orang-orang yang telah memakai ihram juga diperbolehkan untuk berbekam, meskipun harus mencukur rambut. Keharusan membayar denda akan dibahas nanti. Orang-orang yang berpuasa juga diperbolehkan berbekam sebagaimana disebutkan dalam *Shahih* Bukhari bahwa Rasulullah s.a.w berbekam ketika sedang puasa.

Namun, ada beberapa hadits yang menyatakan bahwa berbekam membatalkan puasa. Satu-satunya hadits yang bertentangan dengan putusan ini adalah hadits yang menyatakan bahwa Nabi s.a.w berbekam ketika sedang puasa. Namun ini tidak menunjukkan bahwa puasa beliau tidak batal, kecuali jika memenuhi empat hal: *Pertama,* bahwa puasa beliau adalah puasa wajib. *Kedua*, beliau dalam keadaan mukim. *Ketiga,* beliau tidak dalam keadaan sakit yang membutuhkan bekam. *Keempat,* hadits ini muncul setelah Rasulullah s.a.w bersabda, "Orang-orang yang berbekam dan orang-orang yang membekam sama-sama batal puasanya."

Jika empat syarat itu terpenuhi, perbuatan Rasulullah s.a.w itu dapat dijadikan dalil bahwa puasa tidak batal karena bekam. Jika tidak, puasa yang dimaksudkan dalam hadits tersebut mungkin puasa *sunnah* yang memperkenankan seseorang membatalkan puasanya jika berbekam dibenarkan. Atau, mungkin Rasulullah berbekam pada bulan Ramadhan, ketika beliau sedang mengadakan perjalanan. Atau yang dimaksudkan dalam hadits tersebut adalah puasa Ramadhan, tapi berbekam dilakukan untuk mengobati suatu penyakit. Atau, berbekam dilakukan pada bulan Ramadhan tanpa ada kebutuhan yang membenarkannya, tetapi sebelum Rasulullah s.a.w bersabda dan menerangkan bahwa berbekam dapat membatalkan puasa. Tak ada bukti yang mendukung satu pun dari empat keadaan yang kami sebutkan di atas. Jika demikian, bagaimana dengan keempat syarat itu? (Itulah sebabnya Ibnu Qayyim menegaskan bahwa berbekam dapat membatalkan puasa bagi orang yang dibekam maupun yang membekam.)

Hal lain yang disinggung dalam hadits tersebut adalah diperbolehkannya bekam untuk suatu maksud tertentu dan kemudian membayar tukang bekam atas pelayanannya walau sebelumnya tidak ada kontrak layanan.

Hadits yang menceritakan Rasulullah s.a.w membayar orang yang membekam beliau juga menunjukkan bahwa profesi tukang bekam

adalah profesi yang sah. Rasulullah s.a.w memberikan sejumlah uang kepada tukang bekam dan tukang bekam itu membelanjakan uangnya untuk memenuhi kebutuhannya. Uang hasil membekam itu laksana bawang putih dan bawang merah yang oleh Nabi dilukiskan sebagai tumbuhan yang kotor (najis), tetapi beliau tidak melarang kita untuk memanfaatkannya.

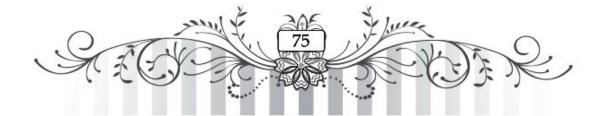
Di dalamnya terdapat bukti bahwa seseorang diizinkan untuk mengumpulkan pajak dari budaknya dan si budak diperbolehkan menggunakan sisa setelah membayar pajak. Sebaliknya, jika majikan berniat mengambil semua uang, maka tidak disebut pajak lagi. Karena itu, berapa pun sisa yang dimiliki si budak di luar pajak yang dibutuhkan merupakan miliknya dan ia boleh menggunakan sisa uang itu untuk keperluan apa pun. *Wallahu a'lam!*

BAB 8
METODE MENUSUK URAT DAN TERAPI BESI PANAS

Diriwayatkan dalam *Shahih,* sebuah hadits dari Jabir bin Abdullah ra bahwa Rasulullah s.a.w pernah mengirim seorang tabib kepada Ubay bin Ka'b. Tabib tersebut menusuk salah satu pembuluh darah Ubay dan selanjutnya memanasi lukanya (*kayy*).

Ketika pundak Sa'd bin Mu'adh terluka, Rasulullah memanasi lukanya dengan besi panas dan memanasinya lagi ketika luka tersebut bengkak. Menurut riwayat lain, Rasulullah membakar luka Sa'd bin Mu'adh pada pundaknya dengan ujung anak panah. Setelah itu, Sa'd bin Mu'adh, atau seseorang lainnya, membakar lukanya lagi. Menurut riwayat lain, seorang Anshar terkena panah pada pundaknya dan Rasulullah memerintahkan agar dia diterapi *kayy.*

Abu 'Ubaidah berkata bahwa seorang lelaki yang harus di-*kayy* dibawa menghadap Rasulullah s.a.w. Beliau memerintahkan agar luka lelaki itu di-*kayy* atau diterapi batu-batu panas. Abu Ubaidah menjelaskan, "Terapi dengan batu panas disebut *raahf*, yaitu batu yang dipanaskan kemudian digunakan untuk mengompres bagian tubuh yang sakit."

Fadhal bin Dukain berkata: Sofyan meriwayatkan dari Abi Az-Zubair yang mengutip Jabir bahwa Rasulullah s.a.w pernah membakar luka di pundaknya.

Bukhari dalam *Shahih*-nya meriwayatkan, Anas ra menceritakan bahwa lukanya pernah dibakar karena ia menderita radang selaput dada sewaktu Rasulullah s.a.w masih hidup. At-Tirmidzi juga meriwayatkan bahwa Anas ra berkata, "Rasulullah s.a.w membakar luka As'ad bin Zurarah ketika ia datang dengan jari berbahaya."

Hadits yang diriwayatkan dalam *Shahihain* menyebutkan bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Aku tidak suka di-*kayy*." Dalam riwayat lain, beliau s.a.w bersabda, "Aku melarang umatku melakukan *kayy*."

At-Tirmidzi dalam *Al-Jami'* dari Imran bin Husain, salah seorang sahabat mengatakan bahwa Rasulullah s.a.w tidak mengizinkan *kayy*. Dia berkata, "Kami telah diserang penyakit dan kami melakukan *kayy*, tetapi tidak berhasil dan tidak memperoleh manfaat." Dalam riwayat lain: "Kami dilarang melakukan *kayy*. Kami tidak melihat keberhasilan dalam menggunakannya."

Al-Khattabi berkata, "Rasulullah s.a.w meng-*kayy* luka Sa'd untuk menghentikan pendarahan, karena takut pendarahan tidak akan berhenti hingga mengakibatkan Sa'd wafat. *Kayy* digunakan dalam kasus-kasus seperti ketika tangan atau kaki diamputasi. Mengenai larangan *kayy*, mungkin ditujukan untuk orang yang mengobati lukanya (bukan sekadar menutup luka yang terluka). Mereka percaya bahwa orang yang tidak membakar lukanya akan mati. Karena itulah, Rasulullah s.a.w tidak memperbolehkan tindakan membakar lukanya, karena ia menderita sakit di tempat yang sensitif. Itulah sebabnya larangan tersebut mungkin bersifat spesifik, yakni *kayy* yang dapat membahayakan si penderita. *Wallahu a'lam!*

Ibnu Qutaibah berkata, *kayy* terdiri dari dua jenis. *Pertama*, *kayy* yang dilakukan orang sehat untuk menangkal penyakit. Jenis inilah yang dimaksudkan dalam pernyataan, "Barangsiapa yang kembali mempraktikkan *kayy*, berarti ia tidak tawakal kepada Allah," karena dia berusaha menolak takdir. *Kedua*, *kayy* yang dilakukan terhadap luka yang terinfeksi atau lengan dan tungkai yang diamputasi. *Kayy* ini efektif untuk dilakukan. *Kayy* untuk memanaskan tubuh bisa berhasil

bisa tidak, dan ini tidak disukai.

Ada hadits yang diriwayatkan dalam *Shahih* tentang 70.000 orang yang akan memasuki surga tanpa hisab, "Mereka adalah orang-orang yang tidak menggunakan ruqyah (secara harfiah bermakna mantera), tidak melakukan *kayy*, tidak mempercayai takhayul dan tawakal kepada Tuhan."

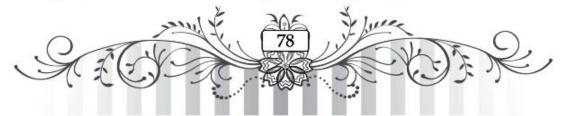
Hadits yang membahas *kayy* meliputi empat kategori: pelaksanaannya, penolakannya oleh Nabi, pujian bagi orang-orang yang tidak melakukannya dan larangan untuk menggunakannya. Tak ada kontradiksi di antara kategori-kategori ini. Ketika Rasulullah s.a.w membakar luka sesesorang, beliau menunjukkan bahwa mempraktikkannya diperbolehkan. Penolakan Rasulullah terhadap orang-orang yang menolak *kayy* menunjukkan bahwa menolak *kayy* adalah sikap yang lebih baik. Terakhir, larangan *kayy*, secara umum dapat dijelaskan, menunjukkan bahwa *kayy* tidak disukai atau larangan itu ditujukan kepada orang yang melakukan *kayy* untuk menangkal penyakit. *Wallahu a'lam!*

BAB 9
MENGOBATI EPILEPSI

DALAM *Shahihain* diceritakan, 'Ata bin Raba'h berkata bahwa Ibnu Abas ra bertanya kepadaku, "Maukah kuberitahu tentang seorang wanita yang akan masuk surga?" Kujawab, "Ya." Ia berkata, "Seorang wanita berkulit hitam datang kepada Rasulullah sambil berkata, 'Saya menderita epilepsi yang membuat saya tanpa sadar menanggalkan pakaian. Karena itu, berdoalah kepada Allah untukku.' Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika kau mau, bersabarlah dan engkau akan meraih surga. Dan, jika kau mau, aku dapat berdoa kepada Allah agar menyembuh-kanmu."

Wanita itu berkata, "Lebih baik saya bersabar." Kemudian wanita itu berkata lagi, "Saya selalu menanggalkan pakaian saya selama serangan epilepsi. Karena itu, berdoalah kepada Allah agar aku tidak melakukannya lagi." Rasulullah s.a.w pun berdoa kepada Allah.

Ada dua jenis epilepsi, jenis pertama akibat roh-roh jahat, sedangkan jenis kedua bersifat fisik akibat campuran-campuran yang buruk. Para dokter membahas jenis kedua dan menjelaskan penyebab serta cara menyembuhkannya.

Mengenai epilepsi yang diakibatkan oleh roh-roh jahat, para dokter terbaik dan orang-orang arif bijaksana mengakui bahwa hal itu memang ada. Mereka juga menyatakan bahwa penyembuhan jenis penyakit ini memerlukan dukungan dari orang-orang shaleh dan mulia

untuk menetralisir efek kekuatan jahat dan menjadikan upaya-upaya yang mereka lakukan tidak membahayakan penderita. Dalam beberapa bukunya Hipokrates menjelaskan pengobatan epilepsi, "Obat-obatan ini manjur menyembuhkan epilepsi yang disebabkan oleh zat-zat kimiawi dan material, sedangkan epilepsi yang disebabkan oleh roh-roh jahat tidak dapat disembuhkan dengan obat-obatan ini."

Para dokter yang kurang bijak, kurang pengetahuan dan amoral serta orang-orang yang menganggap atheisme sebagai kebajikan mempunyai pandangan yang bertentangan dengan orang-orang yang mengakui epilepsi akibat roh-roh jahat. Mereka menyangkal adanya jenis epilepsi tersebut. Mereka membantah bahwa jenis epilepsi itu berpengaruh terhadap tubuh. Mereka sebenarnya tidak memiliki pengetahuan yang mendukung jenis epilepsi tersebut karena nyatanya para ahli kesehatan tak menyangkal epilepsi yang diakibatkan oleh roh-roh jahat ini. Fakta dan pengalaman membuktikan esistensi jenis epilepsi ini. Itulah sebabnya ketika dokter itu menjelaskan penyebab epilepsi sebagai persoalan alamiah atau fisik, pernyataan mereka benar mengenai beberapa jenis epilepsi, namun tidak semua jenis epilepsi.

Para tabib zaman dahulu, menyebut epilepsi sebagai 'penyakit Ilahiah', menyatakan bahwa epilepsi disebabkan oleh roh-roh jahat. Galineus dan dokter lainnya menginterpretasikan istilah 'penyakit ilahiah' dengan mengatakan, "Epilepsi disebut sebagai 'penyakit ilahiah' karena menyerang kepala dan menyebabkan gangguan pada organ ilahiah yang terletak di otak." Penafsiran ini adalah akibat ketidaktahuan mereka tentang roh-roh, kecenderungan-kecenderungannya dan dampaknya.

Para dokter yang mendasarkan pemikirannya pada hal-hal duniawi belaka menegaskan jenis epilepsi akibat penyebab-penyebab fisik. Orang yang memiliki pemikiran yang logis dan pengetahuan yang baik tentang jiwa dan efek-efeknya akan menertawakan kebodohan para dokter ini dan pemikiran mereka yang lemah.

Penyembuhan epilepsi yang disebabkan roh-roh jahat memiliki dua urutan, yaitu: *pertama*, dimulai dari penderita; dan *kedua*, dimulai dari orang yang mengobatinya.

Penyembuhan epilepsi yang disebabkan roh-roh jahat harus dicapai dengan memperkuat hatinya, berpaling kepada Pencipta roh-roh jahat itu, serta hati dan lidahnya dengan sungguh-sungguh berlindung kepada-Nya. Ini seperti peperangan dan seorang ksatria tidak akan bisa mengalahkan musuh kecuali dia memiliki senjata yang mematikan dan tangan yang kuat. Jika salah satu dari dua unsur ini tidak ada, kekuatannya tidak akan efektif. Situasi akan lebih sulit jika orang kehilangan dua syarat penting tadi, yaitu hati kekurangan tauhid, tawakal, takwa dan tawadhu, serta ia tak memiliki perangkat perang yang memadai.

Urutan kedua dari pengobatan epilepsi dimulai dari orang yang mengobatinya. Dia harus memiliki dua faktor yang sama seperti yang disebutkan di atas. Jika persenjataan ini tersedia, sebagian penyembuh hanya perlu berkata (kepada roh jahat), "Keluarlah dari tubuhnya," atau "*Bismillah*," atau "*La haula wa la quwwata illa billah*."

Dalam kasus-kasus seperti ini, Rasulullah s.a.w biasa mengucapkan, "Wahai musuh Allah, keluarlah! Aku adalah Rasulullah."

Saya (penulis) pernah menyaksikan Syekh kami (Ibnu Taimiyah) mengutus orang untuk berbicara dengan roh jahat yang menguasai seseorang dengan mengatakan: Syekh mengatakan ini kepadamu, "Keluarlah engkau dari tubuh ini karena engkau tidak diizinkan berada di sana." Penderita epilepsi itu kemudian sembuh. Kadang Syekh kami berbicara langsung kepada roh jahat atau menggunakan hukuman fisik untuk mengusir roh jahat yang membangkang. Setelah penderita sadar, ia tidak merasakan kesakitan apa pun sebagaimana telah kami saksikan sendiri pada sejumlah peristiwa. Kadang, Syekh membacakan ayat berikut ini di telinga penderita kesurupan.

أَفَحَسِبْتُمْ أَنَّمَا خَلَقْنَٰكُمْ عَبَثًا وَأَنَّكُمْ إِلَيْنَا لَا تُرْجَعُونَ ﴿١١٥﴾

Apakah kalian mengira bahwa Kami menciptakan kalian dengan sia-sia (tanpa tujuan) dan kalian tidak akan dikembalikan kepada Kami? (QS. Al-Mu'minun: 115)

Syekh pernah mengatakan kepadaku bahwa ketika ia membacakan ayat terebut di telinga penderita epilepsi, roh jahat yang menguasainya menjawab, "Ya," sambil memperpanjang suaranya untuk mencemooh Al-Quran. Karena itu, Syekh berkata, "Maka, aku mengambil sebuah tongkat dan memukul leher si pasien itu hingga tanganku letih. Orang-orang yang hadir yakin si pasien akan mati akibat pukulan keras itu."

Ketika dipukul, setan wanita berkata, "Saya mencintai orang ini." Syekh berkata lagi, "Tetapi, ia tidak mencintaimu." Setan wanita menjawab, "Saya ingin menemaninya untuk mengerjakan ibadah haji." Syekh kembali mengatakan, "Ia tidak ingin pergi haji bersamamu." Setan wanita itu berkata, "Saya akan meninggalkannya untuk menghormatimu." Syekh berkata, "Tidak, tetapi sebagai ketaatan kepada Allah dan Rasul-Nya." Akhirnya, setan wanita berkata, "Kalau begitu, aku akan meninggalkannya sendiri." Penderita lalu sadar dan memandang sekelilingnya. Ia bertanya, "Apa yang telah membawaku ke hadapan Syekh?' Mereka bertanya kepadanya, "Bagaimana dengan pukulan Syekh kepadamu?" Ia balik bertanya, "Mengapa Syekh memukulku, sedangkan aku tidak bersalah?" Jelas, penderita tidak menyadari bahwa dirinya telah dipukul.

Syekh selalu membaca ayat kursi (QS. Al-Baqarah: 225). Ia memerintahkan penderita epilepsi (kesurupan) dan orang yang mengobatinya membaca ayat tersebut dengan dua surah terakhir Al-Quran (surah Al-Falaq dan an-Nas).

Tak seorang pun dapat menyangkal adanya jenis epilepsi yang disebabkan oleh roh-roh jahat tersebut kecuali orang yang pengetahuan

dan pemahamannya dangkal. Kebanyakan orang yang kemasukan roh-roh jahat disebabkan oleh kesalahan mereka sendiri. Iman mereka lemah, hati dan lidah mereka tidak ingat kepada Allah. Mereka tidak berlindung kepada-Nya dan tidak menggunakan petunjuk Rasulullah (doa dan obat-obatan). Roh-roh jahat menemukan orang-orang yang mudah diserang dan menguasai mereka.

Jika kebenaran tidak ditutup-tutupi, kita akan menemukan fakta bahwa sebagian besar orang yang menderita jenis epilepsi ini berada di bawah pengaruh roh-roh jahat yang menuntun manusia sesuai dengan keinginan jahat mereka. Manusia tidak mampu membebaskan diri dari kontrol ini atau bahkan menentangnya.

Kebanyakan orang yang menderita jenis kesurupan biasa ini (epilepsi) tak dapat menyadarinya. Kecuali jika tirai yang menghalangi pandangan mereka diangkat, mereka tidak akan menyadari bahwa mereka menderita epilepsi. Semoga Allah memberikan taufik-Nya.

Menyembuhkan kesurupan yang diakibatkan oleh gangguan roh jahat membutuhkan kerja sama antara akal sehat dengan keyakinan pada apa yang telah diturunkan kepada para Nabi. Orang harus berbuat seolah-olah surga dan neraka ada di depan mata dan hatinya. Mereka harus ingat bahwa penduduk dunia ini akan mendapat berbagai bencana dan cobaan yang turun di atas tempat tinggal mereka seperti hujan turun, semuanya tidak menyadari apa yang terjadi di sekitar mereka.

Epilepsi yang disebabkan oleh roh jahat sebenarnya sangat ganas. Tapi, karena epilepsi menimpa banyak orang dan begitu umum, mereka tidak kaget lagi. Karena epilepsi sangat banyak, maka aneh jika ada orang tidak tersentuh olehnya.

Ketika Allah menghendaki kebaikan bagi hamba-Nya, hamba itu akan tersadar dari serangan epilepsi dan akan menyaksikan para penderita epilepsi di dunia ini berasal dari kelas masyarakat yang berbeda-beda. Ia akan menemukan bahwa sebagian dari mereka diserang gangguan jiwa dan sebagian lagi secara periodik sembuh lalu kembali terserang. Sebagian dari mereka sembuh dan berperilaku sebagaimana

orang sehat, tapi kemudian jatuh dan gerakannya menjadi kacau.

Epilepsi fisik menghambat organ tubuh berfungsi secara normal atau menghambat tubuh bergerak secara normal. Epilepsi fisik terjadi akibat zat-zat pekat dan kental di dekat otak yang menghalangi rongga-rongga otak. Daerah otak yang bertanggung jawab atas indra-indra dan beragam gerakan ini terganggu, dan akibatnya, organ-organ tubuh ikut terganggu. Ada penyebab lain, misalnya, akumulasi gas dalam perut yang menghalangi energi tubuh, akumulasi uap kental dalam suatu organ tubuh yang naik ke otak, atau akibat penyakit akut. Otak menjadi kejang karena memerangi zat-zat merugikan yang mempengaruhinya, dan akibatnya, seluruh organ tubuh mengejang sehingga penderita tidak mampu berdiri tegak. Ia akan jatuh dengan mulut mengeluarkan busa.

Penyakit epilepsi jenis ini termasuk salah satu jenis penyakit yang bersifat insidentil, jika dilihat dari munculnya rasa sakitnya saja. Tetapi bisa juga dikategorikan sebagai penyakit kronis karena akan tetap bertahan sampai beberapa tahun, terutama jika penderita berusia di atas 25 tahun. Penyakit ini khusus menyerang bagian otak, bagian inti otak. Penyakit epilepsi dalam kondisi demikian dianggap sebagai penyakit tetap. Hipokrates mengatakan bahwa epilepsi tetap diderita orang-orang seperti itu hingga mati.

Wanita yang tanpa sadar menanggalkan pakaiannya saat terserang epilepsi, sebagaimana dikisahkan dalam hadits di atas, kemungkinan menderita epilepsi fisik. Itulah sebabnya Rasulullah menjanjikan surga jika ia mau bersabar menahan penyakitnya, atau sebaliknya, Rasulullah berdoa kepada Allah untuk menyembuhkannya tanpa menjamin ia akan masuk surga. Wanita itu memilih surga, tetapi Rasulullah tetap berdoa agar ia tidak menanggalkan pakaiannya selama serangan epilepsi.

Hadits tersebut menunjukkan diperbolehkannya kaum Muslim untuk tidak menggunakan obat. Di samping itu, pengobatan dengan memfokuskan diri untuk memohon kepada Allah dan kembali kepada-

Nya (bertobat) secara tulus memiliki pengaruh luar biasa terhadap tubuh manusia. Pengaruh seperti ini tidak dapat dicapai oleh dokter manapun. Kami sudah mencoba pengobatan ini pada sejumlah kejadian dan berhasil.

Para dokter yang rasional menegaskan bahwa kekuatan jiwa memiliki peranan efektif untuk menyembuhkan penyakit. Dunia kedokteran mendapatkan kerugian akibat sikap sebagian dokter yang kurang pengetahuan dan hanya mendasarkan pemikiran pada hal-hal keduniawian.

Tampaknya wanita yang disebut dalam hadits tersebut menderita epilepsi akibat kondisi fisik (ketidakseimbangan kimiawi). Namun, bisa juga karena pengaruh roh jahat. Rasulullah s.a.w memberinya pilihan untuk bersabar sehingga nanti akan meraih surga atau Rasulullah berdoa untuk kesembuhannya. Wanita itu memilih bersabar, namun ia meminta kepada Rasulullah agar pada saat diserang epilepsi tak lagi menanggalkan pakaiannya. *Wallahu a'lam.*

BAB 10
MENGOBATI PENYAKIT URAT LUPA (IRQUN NASA)

Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-nya sebuah hadits dari Muhammad bin Sirrin dari Anas bin Malik ra yang berkata: Saya mendengar Rasulullah s.a.w bersabda, "Pengobatan penyakit *irqun nasa* dilakukan dengan melelehkan lemak dari ekor domba Arab Badui. Kemudian lemak itu dibagi menjadi tiga bagian dan setiap bagian diminum setiap hari sebelum makan."

Irqun nasa adalah penyakit yang berawal dari tulang sendi pangkal paha, selanjutnya turun ke paha dari sisi belakang tubuh. Kadang-kadang penyakit ini mencapai pergelangan kaki. Semakin lama diderita, penyakit ini semakin turun ke bawah hingga membuat kaki dan paha semakin lemah.

Ada dua makna penting dalam hadits tersebut, yaitu kesehatan dan bahasa.

Secara bahasa, hadits itu membuktikan bahwa kita diperkenankan menyebut penyakit ini *irqun nasa*, berbeda dengan pendapat sebagian orang. Mereka berpendapat bahwa *nasa* adalah saraf itu sendiri dan, dengan demikian, pemakaian dua kata itu secara bersama-sama terasa berlebihan.

Untuk membantah pendapat tersebut kita memerlukan dua argumen berikut ini. *Pertama*, kata *irq* (urat) sifatnya lebih umum

daripada kata *nasa* (saraf pangkal paha). Jadi, bisa dikatakan itu merupakan pembubuhan sesuatu yang umum kepada yang lebih spesifik. *Kedua*, *nasa* adalah suatu penyakit yang secara insidentil menyerang urat. Jadi, seperti pembubuhan sesuatu kepada tempat dan poisisinya. Disebut *irqun nasa* (urat lupa) karena penyakit itu membuat orang melupakan (*nasa*) segalanya. Saraf *sciatis* bermula dari pangkal paha hingga dasar kaki, dari belakang pergelangan kaki.

Berkenaan dengan makna kesehatan, hadits Rasulullah s.a.w mungkin menggunakan dua jenis makna. *Pertama*, makna yang bersifat umum bagi semua zaman, tempat, kondisi dan manusia. *Kedua*, makna yang bersifat spesifik, makna dan indikasinya secara spesifik ditujukan kepada orang atau situasi tertentu. Hadits di awal bab ini bermakna spesifik, ditujukan kepada bangsa Arab dan penduduk Hijaz khususnya, termasuk orang-orang Badui di padang pasir. Pengobatan yang disebutkan dalam hadits tersebut cocok bagi orang-orang yang menghuni wilayah-wilayah itu karena penyakit ini disebabkan oleh kekeringan atau akumulasi unsur-unsur kental dan busuk. Penyembuhannya adalah dengan laksatif (obat pencahar). Lemak pada ekor domba memiliki dua kualitas: mematangkan zat-zat berbahaya dan melembutkan tinja. Kedua kualitas itu dibutuhkan untuk menyembuhkan penyakit ini.

Domba betina suku Badui memiliki beberapa kualitas: ukurannya kecil, lebih sedikit kotorannya dan memiliki esensi lembut karena domba suku nomaden ini memakan rumput darat yang panas, rumput *syaih*, *qaishum* dan sebagainya. Jika domba memakannya, karakternya akan berpindah ke daging domba, terutama ekornya yang berlemak. Meskipun susu domba mengandung bahan-bahan efektif dari tumbuhan liar, namun ekornya memiliki dua kualitas yang tidak dimiliki susu, yakni sebagai obat pencahar dan mematangkan zat-zat busuk sampai siap untuk dibuang dari tubuh.

Sebagaimana telah disebutkan sebelumnya, pengobatan dan obat-obatan berbagai bangsa dan penduduk dunia didasarkan pada

makanan yang biasa dikonsumsi. Karena orang Indian dan Badui makanannya sederhana, mereka tidak menggunakan obat-obatan yang kompleks; sedangkan penduduk Romawi dan Yunani menggunakan obat-obatan kimiawi. Namun, mereka semua sependapat bahwa pengobatan terbaik bagi suatu penyakit adalah makanan sehat. Karena itu, para dokter awalnya akan memberikan resep makanan sehat; jika tidak mempan, menggunakan obat-obatan sederhana (tunggal); bila tidak mempan, mereka akan memberikan resep obat-obatan ramuan.

Orang-orang Arab dan nomaden kebanyakan hanya menderita penyakit sederhana sehingga pengobatannya pun sederhana karena makanannya sederhana. Penyakit kompleks biasanya disebabkan oleh makanan yang kompleks dan inilah sebabnya obat-obatan ramuan lebih sesuai. *Wallahu a'lam*!

BAB 11
MENGOBATI PENYAKIT SEMBELIT

At-Tirmidzi dalam *Al-Jami'* dan Ibnu Majah dalam *As-Sunan* meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bertanya kepada Asma' binti Umais, "Bagaimanakah engkau mengobati sembelit?" Asma' menjawab, "Menggunakan *syubrum*." Rasulullah s.a.w berkata, "Tumbuhan itu panas dan cepat reaksinya." Asma' berkata lagi, "Saya juga mengunakan *sana* untuk melancarkan buang air kecil." Maka, Rasulullah s.a.w menanggapi, "Seandainya ada obat yang dapat mencegah kematian, obat itu adalah *sana*."

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan dari Ibrahim bin Abi Abla bahwa Abdullah bin Ummu Haram berkata bahwa ia mendengar Rasulullah s.a.w bersabda, "Hendaklah kalian menggunakan *sana* dan *sanut* karena keduanya dapat menyembuhkan penyakit kecuali *saam*." Ia ditanya, "Wahai Rasulullah, apa itu *saam*?" Rasulullah menjawab, "Kematian." Rasulullah s.a.w bertanya kepada Asma' bin Umais tentang apa yang ia gunakan untuk mengobati sembelit, untuk membantu melembutkan tinja sehingga tubuh mudah membuang kotoran yang merugikan.

Dalam riwayat lain, Rasulullah s.a.w bertanya kepada Asma' tentang apa yang ia gunakan untuk mengobati sembelit. Asma' menyebutkan *syubrum*, yaitu kulit akar pohon yang bersifat kering dan panas pada tingkatan keempat. *Syubrum* terbaik adalah yang berwarna

kemerah-merahan, lembut dan terasa seperti kulit yang terselubung. *Syubrum* termasuk obat-obatan yang tidak dianjurkan dokter karena daya pencaharnya sangat kuat. Rasulullah s.a.w melukiskan *syubrum* sebagai obat yang panas dan reaksinya cepat sekali.

Rasulullah s.a.w sendiri bersabda, "Obat itu panas dan reaksinya cepat sekali." Dalam riwayat lain disebutkan, "Panas dan kering" (*harr yaarr*). Abu Ubay menandaskan, "Kebanyakan mereka menyebutnya dengan huruf *yaa* (*yaaarr*). Memang ada dua pendapat. *Pertama*, 'Panas dan cepat reaksinya', yakni kuat daya pencaharnya. Dan, memang demikianlah obat tersebut. Pendapat ini dipilih oleh Abu Hanifah Dinawari. *Kedua*, dan ini pendapat yang benar, kata kedua itu hanya merupakan sifat untuk menguatkan sifat pertama. Jadi, seperti penguat yang dalam bahasa Arab disebut *taukid lafzhi* tetapi juga merupakan penguat yang disebut *taukid ma'nawi*.

Karena itu banyak ungkapan yang mengaitkan kata dengan sifatnya yang hampir sama dengan bunyinya, seperti *hasan basan* (cantik bejik), yakni orang yang kecantikannya sempurna. Kadang juga disebut *hasan qasan*. Demikian juga dengan kata *syaithan laithan* dan *haarr jaarr*. Padahal kata *jaarr* memiliki arti yang berbeda, yakni menarik atau menyeret sesuatu yang mengenainya. Jadi, karena saking panas dan kuatnya tarikannya, seolah-olah dapat mencabut dan melucuti sesuatu. Sementara kata *yaarr* secara bahasa sama dengan *jaarr*. Seperti kata *shihri, shirij, shahara, shaharij* (tangki) atau bisa juga merupakan sifat terpisah.

Sedangkan *sana* secara bahasa juga dibunyikan dengan dua cara, *sanaa* dan *sana*. *Sana* adalah tanaman daerah Hijaz (semenanjung Arab bagian barat). Jenis *sana* terbaik tumbuh di Mekah karena mempunyai sifat paling panas dan kering serta obat yang baik dan ringan karena tidak mempunyai efek samping. Tumbuhan ini dapat membersihkan perut dari unsur kuning dan hitam serta memperkuat jantung. Tumbuhan ini juga dapat menyembuhkan obsesi melankolis dan luka goresan di tubuh, merelaksasikan otot-otot dan memperbaiki

rambut. Tumbuhan ini menyembuhkan sengatan serangga parasitik, sakit kepala, kudis, pustula, bintik-bintik merah pada kulit dan epilepsi. Cara menggunakan *sana* yang baik adalah dengan minum jusnya yang dimasak tiga takar, ini lebih baik daripada meminumnya sebagai bubuk. Jika *sana* dicampur dengan bunga-bunga violet dan kismis-kismis merah, setelah biji-bijinya dibuang, *sana* lebih manjur.

Ar-Razi berkata, "*Sana* dan *chahtriz* dapat membantu membuang kotoran yang tajam dan menyembuhkan lepra serta bintik-bintik merah pada kulit jika seseorang mengonsumsi masing-masing empat hingga tujuh sendok makan per hari."

Mengenai *sanut*, ada beberapa pendapat mengenai sifat dasarnya. Umar bin Bakar as-Saksaki misalnya, mengatakan bahwa *sanut* adalah 1) madu atau 2) bagian dari minyak samin yang mengeluarkan bintik-bintik hitam pada permukaan minyak tersebut. 3) *Sanut* adalah biji-bijian mirip jinten, sebagaimana dikemukakan Ibnu al-'Arabi. 4) *Sanut* adalah jinten manis. 5) *Sanut* adalah adas menurut Abu Hanifah Dainuri. 6) *Sanut* adalah *syabt* (tumbuhan yang bijinya harum dipakai untuk asinan makanan, minyak wangi dan obat-obatan). 7) *Sanut* adalah kurma, menurut Abu Bakar al-Sunni. 8) *Sanut* adalah madu yang ada pada kulit madu, menurut Abdul Latif al-Baghdadi. Sebagian dokter menyatakan bahwa makna terakhir adalah makna yang paling tepat. Ini berarti *sanut* dicampur dengan bubuk *sana,* madu dan mentega murni lalu dijilati. Cara ini lebih baik daripada mengonsumsi *sana* sendiri karena madu dan mentega dapat memperlunak rasa *sana* dan membantu kekuatan pencahar yang terkandung dalam *sana*. *Wallahu a'lam*!

At-Tirmidzi dan yang lainnya meriwayatkan sebuah hadits dari Ibnu Abbas bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Obat terbaik kalian adalah obat yang dicium, diberikan lewat mulut dan obat pencahar."

BAB 12
MENGOBATI EKSIM DAN GATAL-GATAL AKIBAT KUTU

DALAM *Shahihain* diriwayatkan sebuah hadits dari Qatadah bahwa Anas ra berkata, "Nabi s.a.w telah mengizinkan Abdurrahman bin 'Auf dan az-Zubair bin al-Awwam mengenakan pakaian sutra untuk mengobati penyakit eksim yang mereka alami."

Ada dua hal terkait dengan hadits ini, yakni masalah fiqih dan masalah kesehatan.

Persoalan fiqihnya, menurut Sunnah Rasulullah, adalah bahwa pakaian sutra boleh dikenakan kaum wanita tapi tidak dibolehkan bagi kaum lelaki, kecuali jika benar-benar dibutuhkan. Misalnya (lelaki dibolehkan mengenakan pakaian sutra) dalam cuaca dingin, jika pakaian sutra itu adalah satu-satunya yang dimiliki dan jika tubuh terjangkit penyakit kudis, bintik-bintik merah pada kulit, tungau, sebagaimana dijelaskan dalam hadits tersebut.

Menurut Imam Ahmad dan Imam Syafi'i, mengenakan pakaian sutra diizinkan (bagi kaum lelaki jika ada kebutuhan yang membenarkannya). Izin ini diberikan kepada sebagian kaum Muslim (seperti mengenakan pakaian sutra bagi kaum lelaki dalam hal ini) karena kondisi-kondisi khusus dan berlaku bagi semua orang yang mengalaminya.

Sebagian ulama mengatakan bahwa hadits yang tidak mengizinkan pakaian sutra bagi kaum lelaki bersifat umum, sedangkan hadits yang memberi keringanan mungkin dikhususkan bagi Abdurrahman bin Auf dan az-Zubair. Izin ini mungkin juga berlaku bagi muslim lainnya. Jika terdapat suatu kemungkinan, bertumpu pada teks umum adalah dibenarkan. Inilah sebabnya sebagian periwayat hadits ini berkata, "Saya tidak tahu apakah izin tersebut berlaku bagi selain mereka (Abdurrahman bin Auf dan az-Zubair) atau tidak."

Pendapat yang benar adalah keringanan tersebut bersifat umum dan tak ada bukti yang menyatakan bahwa izin tersebut bersifat khusus. Seperti ucapan Rasulullah s.a.w berkata kepada Abu Burdah, "Izin ini berlaku untuk kamu dan tak berlaku untuk orang selain kamu." Juga, firman Allah kepada Nabi s.a.w mengenai wanita yang menawarkan diri untuk dinikahi beliau, "Khusus bagimu, tidak bagi orang-orang beriman lainnya."

Diharamkannya kaum lelaki mengenakan pakaian sutra merupakan tindakan pencegahan bagi perbuatan haram lainnya. Tetapi, untuk situasi tertentu dan kebutuhan tertentu, tetap diizinkan mengenakan kain sutra. Misalnya, sebagai tindakan pencegahan, memandang wanita diharamkan, namun dibolehkan jika ada kebutuhan yang nyata. Demikian pula diharamkannya pelaksanaan shalat-shalat sunnah pada waktu-waktu tertentu (saat matahari terbit atau terbenam), adalah untuk mencegah terjadinya persamaan antara kaum Muslim dan para penyembah matahari. Akan tetapi, jika ada suatu kebutuhan tertentu, kaum Muslim diizinkan melakukan shalat-shalat sunnah pada waktu-waktu tersebut. Kami telah menjelaskan perihal halal-haramnya pakaian sutra dalam kitab kami yang berjudul *at-Tabiri*.

Secara medis, sutra diproduksi dari hewan dan berkhasiat sebagai pengobatan. Sutra dapat meredakan dan memperkuat jantung serta membantu meringankan beberapa penyakit. Sutra juga menyembuhkan cairan empedu hitam dan penyakit-penyakit yang disebabkan oleh cairan tersebut. Sutra memperkuat penglihatan jika

digunakan sebagai *eyeliner* (alat rias untuk membuat garis di atas bulu mata). Sutra mentah, yang digunakan untuk menyiapkan obat-obatan, bersifat panas dan kering pada tingkatan pertama. Sutra juga lembut dan hangat jika digunakan sebagai pakaian. Mungkin sutra dapat mendinginkan tubuh.

Ar-Razi mengatakan, "Sutra lebih panas daripada linen, lebih dingin daripada katun dan mengembangkan daging. Setiap pakaian kasar menguruskan badan dan mengeraskan kulit."

Pakaian dibagi menjadi tiga kategori. *Pertama*, pakaian yang menghangatkan sekaligus memanaskan tubuh. *Kedua,* pakaian yang menghangatkan, namun tidak membuat tubuh menjadi panas. *Ketiga,* pakaian yang tidak menimbulkan rasa hangat atau panas. Tak ada pakaian yang tidak menimbulkan panas dan tidak menghangatkan orang yang mengenakannya. Pakaian yang terbuat dari wol dan bulu hewan dapat menghangatkan suhu tubuh. Linen bersifat dingin dan kering, pakaian wol panas dan kering, sedangkan pakaian katun bersifat sedang. Pakaian sutra lebih lembut dan tidak panas. Pengarang *al-Minhaj* menyatakan bahwa mengenakan pakaian sutra tidak menimbulkan rasa hangat sebanyak katun.

Setiap jenis pakaian yang lembut dan halus kurang efektif dalam membantu proses pembusukan unsur-unsur dan lebih cocok dipakai pada musim panas dan di daerah-daerah berudara panas.

Karena pakaian sutra tidak kering dan tidak kasar sebagaimana bahan pakaian lainnya, pakaian sutra dapat mengobati eksim yang diakibatkan oleh sifat panas, kering dan kasar. Karena itu Rasulullah s.a.w membolehkan az-Zubair dan Abdurrahman mengenakan pakaian sutra untuk menyembuhkan eksim pada kulit mereka. Pakaian sutra tidak mengundang kutu, karena sifat sutra tidak cocok bagi kutu untuk hidup dan berkembang.

Jenis pakaian yang dapat menghangatkan tubuh dan tidak menimbulkan panas adalah kain yang terbuat dari bahan campuran besi, timah, kayu, pasir dan sebagainya.

Jika orang bertanya, "Hukum Islam adalah hukum yang paling bermartabat, sempurna, memperbolehkan hal-hal yang baik dan suci, dan hanya mengharamkan hal-hal yang tidak suci, tapi mengapa hukum Islam melarang laki-laki mengenakan pakaian sutra, padahal sutra adalah jenis pakaian paling baik dan paling cocok bagi tubuh?" Pertanyaan seperti ini mendapat jawaban yang berasal dari kaum Muslim.

Orang-orang yang mengingkari penjelasan tentang larangan ini tidak perlu menjawab pertanyaan ini. Orang-orang yang mendukung penjelasan dan alasan di balik larangan memakai sutra, yang merupakan mayoritas, mengatakan bahwa Islam mengharamkan pakaian sutra bagi kaum lelaki agar mereka bersabar dan hanya karena Allahlah mereka tidak memakainya. Mereka akan mendapat pahala dari Allah, terutama karena ada jenis pakaian lain sebagai gantinya.

Sebagian orang mengatakan bahwa sutra dibuat untuk kepentingan kaum wanita, sebagaimana perhiasan emas. Karena itu, sutra dilarang bagi lelaki agar mereka tidak meniru wanita. Sebagian orang mengatakan bahwa sutra dilarang karena dapat menimbulkan kesombongan.

Yang lain mengatakan bahwa sutra diharamkan karena kelembutannya pada kulit dapat mengarah pada perilaku kewanitaan serta memperlemah kejantanan. Sebagian besar orang yang mengenakan pakaian sutra terpengaruh oleh kelembutannya, meniru perilaku dan kelembutan wanita, meskipun dia termasuk lelaki yang paling jantan. Mengenakan pakaian sutra akan mengurangi kualitas kelelakian dan kejantanan, meskipun tidak menghilangkannya sama sekali. Orang yang tidak mampu menyadari fakta ini hendaknya tunduk pada keputusan bijak Allah. Pendapat yang benar adalah para pemuda tidak boleh mengenakan pakaian sutra karena perilaku mereka nantinya akan seperti wanita.

An-Nasai meriwayatkan hadits Abu Musa Al-Anshari bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Allah menghalalkan sutra dan emas bagi

kaum wanita dari umatku dan mengharamkan keduanya bagi kaum lelaki dari umatku." Dalam riwayat lain, Rasulullah s.a.w bersabda, "Diharamkan mengenakan pakaian sutra dan emas bagi kaum lelaki dari umatku dan dihalalkan bagi kaum wanita untuk mengenakannya".

Bukhari dalam *Shahih*-nya meriwayatkan dari Hudzaifah bahwa Rasulullah s.a.w mengharamkan mengenakan pakaian sutra dan *dibaj* (pakaian sutra murni) dan duduk di atas benda yang terbuat dari bahan ini. Beliau berkata, "Pakaian ini menjadi milik orang kafir di dunia dan menjadi milikmu di akhirat."

BAB 13
MENGOBATI RADANG PINGGANG

At-Tirmidzi meriwayatkan dalam *Al-Jami'* dari hadits Zaid bin Arqam bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Obatilah penyakit radang pinggang dengan kayu Bahar dan minyak zaitun."

Para ahli kesehatan membagi radang pinggang menjadi dua jenis: radang pinggang sungguhan dan radang pinggang tak sungguhan. Jenis pertama adalah suatu pembengkakan pada sekitar pinggang bagian dalam, yakni bagian dalam tulang-tulang rusuk. Jenis kedua menimbulkan rasa sakit yang mirip dengan sakit radang sungguhan, namun berasal dari angin yang mendekam dan membahayakan (angin duduk). Angin tersebut mendekam di rongga perut di antara lipatan tulang rusuk sehingga menimbulkan rasa sakit yang mirip dengan sakit radang sungguhan. Sakit yang diakibatkan oleh radang pinggang tak sungguhan menyebar, sedangkan sakit radang pinggang sungguhan terpusat di satu tempat menyebabkan sakit luar biasa.

Pengarang *al-Qanun* berkata, "Kadang-kadang, di sekitar pinggang, lipatan rusuk, otot dada dan tulang rusuk terdapat pembengkakan yang luar biasa sakitnya yang dinamakan sakit radang (*Birsam*). Kadangkala, orang dapat menderita sakit pada bagian-bagian tubuh yang sama, namun bukan akibat pembengkakan tetapi akibat akumulasi gas-gas dalam perut (angin duduk). Maka, banyak orang mengira bahwa itu merupakan jenis pertama, padahal bukan."

Pengarang kitab tersebut melanjutkan, "Ketahuilah bahwa setiap jenis penyakit yang menyerang pinggang dinamakan *thatul janb* (radang pinggang).

Itulah sebabnya setiap jenis penyakit pada tubuh bagian samping atau panggul dinamakan *thatul janb* tanpa mempedulikan penyebab penyakitnya. Inilah maksud pernyataan Hipokrates bahwa penderita *pleuritis* dapat memperoleh manfaat melalui mandi. Ini juga berlaku untuk penderita *pleuritis* dan penderita penyakit paru-paru (*pulmonary*) yang diakibatkan kondisi tubuh yang buruk dan kondisi-kondisi kongesti tanpa tumor atau demam."

Sebagian dokter mengatakan bahwa dalam bahasa Yunani istilah *pleuritis* berarti peningkatan panas pada tubuh bagian samping dan juga tumor-tumor dari seluruh organ dalam. Tumor organ ini dinamakan *pleuritis* meskipun hanya tumor panas. Ada lima gejala yang menyertai radang *pleuritis* jenis pertama, yaitu demam, batuk, rasa sakit luar biasa, sulit bernapas (*dyspnea*) dan radang paru-paru (*pneumonia*). Obat yang disebutkan dalam hadits bukan untuk jenis ini, tapi untuk jenis yang disebabkan oleh akumulasi gas dalam perut.

Kayu India digunakan untuk mengobati radang yang tak sungguhan. Kayu India yang digiling menjadi bubuk halus lalu dikocok dengan minyak panas dan digunakan sebagai salep pada daerah yang terkena atau dijilat oleh penderita dapat menjadi obat yang ampuh bagi penyakit itu. Kayu itu membusukkan zat-zat sepsis, memperkuat organ-organ dalam dan membuka penyumbat-penyumbat. Al-Masi'hi berkata, "Kayu itu bersifat panas, kering, menghambat, memperkuat organ-organ dalam, menghilangkan angin, membuka penyumbat-penyumbat, mengobati *pleuritis* dan mengeringkan kelembaban yang berlebihan. Kayu itu baik bagi otak dan dapat mengobati radang pinggang sungguhan jika dahak menyebabkannya, terutama jika penyakit memperlemah penderita. *Wallahu a'lam.*

Thatul janb adalah penyakit yang berbahaya. Sebuah hadits *shahih* yang diriwayatkan oleh Ummi Salamah ra menyatakan,

"Penyakit terakhir yang diderita Rasulullah s.a.w sewaktu beliau berada di rumah Maimunah. Setiap kali Rasulullah s.a.w merasa sakit telah reda, beliau pergi keluar dan menjadi imam. Jika sakitnya parah beliau berkata, 'Perintahkanlah Abu Bakar ra untuk menjadi imam.' Sakitnya terus bertambah parah hingga Rasulullah s.a.w pingsan. Ketika sakitnya bertambah parah, istri-istrinya, pamannya Abbas, Ummi Fadhl binti al-Harits dan Asma' binti Umais ra bermusyawarah tentang pemberian obat kepada Rasulullah s.a.w dan mereka melakukan itu ketika nabi s.a.w tidak sadar. Setelah sadar, beliau berkata, 'Siapa yang melakukan ini untukku. Ini adalah pekerjaan sebagian wanita yang datang dari sana, (sambil) tangannya menunjuk ke arah Etiopia.' Ummi Salamah dan Asma' telah memberikan obat kepada Rasulullah s.a.w. Mereka mengatakan, 'Wahai Rasulullah, kami khawatir engkau akan terkena *thatul janb*.' Rasulullah bertanya, 'obat apa yang kalian berikan kepadaku?' Mereka menjawab, 'Kayu India dan beberapa tetes minyak zaitun.' Rasulullah berkata, 'Allah tidak akan pernah menimpakan jenis penyakit ini kepadaku.' Selanjutnya beliau berkata lagi, 'Saya perintahkan agar setiap orang yang hadir di rumah ini mengonsumsi obat yang sama, kecuali pamanku Abbas.'"

Dalam *Shahihain* (Bukhari dan Muslim) diriwayatkan bahwa 'Aisyah ra berkata, "Kami memberikan obat kepada Rasulullah s.a.w meskipun beliau mengisyaratkan tidak mau diberi obat. Namun, kami menganggap penolakannya sebagai penolakan orang sakit yang enggan minum obat. Ketika sadar, beliau berkata, 'Bukankah aku melarang kalian untuk memberi obat ini kepadaku? Karena itu, setiap orang yang hadir harus minum obat itu, kecuali pamanku Abbas sebab ia tidak bersama kalian.'"

Hadits terakhir ini membolehkan memperlakukan penyerang dengan cara yang sama (sebagaimana) ia memperlakukan orang lain, selama perbuatannya tidak dilarang Allah. Terdapat lebih dari sepuluh bukti bagi aturan yang telah kami uraikan secara panjang lebar dalam buku lain. Aturan ini juga menguatkan aturan-aturan dari empat khalifah

dan Imam Ahmad. Hadits ini juga mengindikasikan bahwa balasan menampar wajah dan memukul adalah sama. Beberapa hadits membenarkan ini tanpa ada keberatan sehingga harus diamalkan.

BAB 14
MENGOBATI SAKIT KEPALA DAN MIGREN

Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-nya sebuah hadits yang ke-*shahih*-annya diperdebatkan: ketika Nabi s.a.w menderita sakit kepala, beliau membungkus kepalanya dengan *henna* dan berkata, "Ini akan menyembuhkan sakit kepala dengan ijin Allah."

Sakit kepala adalah rasa sakit yang muncul pada satu bagian atau seluruh kepala. Jika sakit kepala menyerang satu sisi kepala, maka dinamakan migren. Jenis yang menyerang seluruh kepala sebagaimana helm yang melindungi kepala disebut sakit kepala. Sakit kepala kadang-kadang hanya menyerang bagian belakang atau bagian depan saja.

Banyak jenis sakit kepala dengan penyebab yang beragam. Sakit kepala adalah rasa panas di kepala akibat tekanan uap sepsis yang berakumulasi di dekat kepala dan tidak bisa keluar dari tubuh. Tekanan uap itu menghebat, seperti cerek yang dipanaskan, tetapi uapnya tidak dapat keluar. Ketika memanas, uap berusaha mencari ruang lain untuk memuai. Demikian pula, akumulasi uap di dekat kepala yang menyebabkan sakit di seluruh kepala tidak dapat memuai atau keluar dari tubuh ketika panas. Akibatnya, timbul rasa pening di kepala.

Sakit kepala terjadi karena berbagai penyebab khusus, antara lain:

1. Dominasi salah satu dari empat kondisi dasar (dingin, panas, kering dan basah).

2. Terjadinya borok perut, sebab saraf-saraf *cephalic* (berkaitan dengan kepala) dan perut berhubungan.
3. Adanya gas pekat yang berakumulasi dalam perut dan naik ke kepala dan menyebabkan sakit kepala.
4. Sakit kepala kadang disebabkan oleh tumor dalam pembuluh darah lambung. Ini karena perut dan kepala berhubungan.
5. Ketika perut dipenuhi makanan, kadang-kadang timbul sakit kepala karena sebagian makanan yang tertinggal tak tercerna
6. Sakit kepala kadang-kadang terjadi setelah berhubungan seksual karena tubuh melemah dan adanya penetrasi udara panas.
7. Sakit kadang terjadi setelah muntah akibat kekeringan yang berlebihan atau karena akumulasi gas dalam perut naik menuju kepala.
8. Cuaca dan udara sangat panas.
9. Sakit kepala kadang-kadang disebabkan oleh hawa dingin dan uap yang terakumulasi di kepala tak mampu membusuk.
10. Kurang tidur juga dapat menyebabkan sakit kepala.
11. Sakit kepala kadang-kadang disebabkan oleh tekanan yang menimpa kepala, misalnya ketika seseorang memikul beban berat di kepalanya.
12. Berbicara berlebihan kadang-kadang melemahkan pikiran sehingga menyebabkan sakit kepala.
13. Aktivitas berlebihan dan olahraga berat juga dapat menimbulkan sakit kepala.
14. Gejala-gejala psikologis seperti kesedihan, depresi, obsesi dan pikiran-pikiran jahat juga dapat menimbulkan sakit kepala.
15. Lapar luar biasa dapat menimbulkan sakit kepala karena materi-materi gas berlebihan yang berakumulasi di dalam perut naik menuju otak dan menimbulkan sakit kepala.
16. Orang-orang yang menderita tumor pada lapisan serebrum (otak besar) kadang-kadang merasa seolah-olah ada palu yang selalu menghantam kepala mereka.

17. Demam yang menimbulkan panas di kepala dan menimbulkan sakit.

    Wallahu a'lam!

Sakit kepala disebabkan oleh perubahan-perubahan dalam sistem yang mempengaruhi pembuluh nadi otak besar. Sisi otak yang lebih lemah akan menerima materi sepsis dan migren disertai debaran pada pembuluh-pembuluh nadi. Sakit kepala dapat diredakan dengan mengikatkan pembalut di kepala sehingga debaran arteri-arteri berhenti dan sakitnya berkurang.

Abu Na'im dalam bukunya, *Ath-Thib-un-Nabawi*, menyatakan bahwa migren dapat menyerang Rasulullah s.a.w dan membuat beliau tidak bisa keluar dari rumah selama satu atau dua hari berturut-turut. Juga, Abu Nu'im meriwayatkan dari Ibnu Abbas yang berkata, "Pernah Rasulullah s.a.w menyampaikan khotbah sementara secarik kain diikatkan di kepalanya."

Dalam *Shahih* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w berkata saat menderita penyakit tersebut menjelang wafatnya, "Duhai kepalaku!" Beliau biasa mengikatkan secarik kain di kepalanya.

Mengikatkan kain di kepala dapat membantu meredakan sakit kepala dan migren.

Pengobatan sakit kepala beragam sesuai dengan jenis dan penyebabnya. Sakit kepala dapat diredakan melalui muntah, makan, diam dan tidak aktif bergerak, menggunakan kain dingin, mendinginkan tubuh, meningkatkan suhu badan, menghindari kebisingan dan sebagainya.

Berdasarkan hadits ini, sakit kepala diobati dengan *inai* (pacar) karena penyakit itu bersifat parsial, bukan total. Jika sakit kepala disebabkan oleh demam tinggi, bukan karena adanya zat buruk yang perlu dibuang, *inai* dapat membantu meredakannya. Jika dihancurkan kemudian dicampur cuka dan diborehkan di dahi, *inai* dapat meredakan sakit kepala. *Inai* atau pacar ini dapat menenangkan saraf jika digunakan sebagai pembalut. *Inai* bukan hanya baik untuk meredakan

sakit kepala, tetapi juga baik untuk beberapa organ tubuh, mengobati bengkak dan peradangan jika digunakan sebagai pembalut.

Al-Bukhari meriwayatkan dalam kitab *Tarikh*-nya dan Abu Dawud dalam *Sunan*-nya bahwa Nabi s.a.w memerintahkan kepada setiap orang yang mengeluh sakit kepala untuk berbekam dan memerintahkan orang yang sakit kakinya untuk membubuhi kakinya dengan *inai.* At-Tirmidzi meriwayatkan hadits dari Salma Ummu Rafi', pelayan Nabi s.a.w: Jika Nabi menderita borok atau infeksi jari, beliau membubuhkan *inai* di atas lukanya.

Pohon *inai* pada tingkatan pertama bersifat dingin dan pada tingkatan kedua bersifat kering. Pohon ini memiliki dua khasiat khusus. *Pertama,* kandungan cairan hangatnya dapat membusukkan sesuatu. *Kedua,* kandungan tanahnya yang dingin berkhasiat sebagai penghambat.

Inai mengobati luka bakar dan menenangkan saraf jika digunakan sebagai pembalut, sebagaimana telah kami sebutkan sebelumnya. Jika dikunyah, tumbuhan ini dapat mengobati sakit sariawan. Radang selaput mukosa pada mulut anak adalah salah satu penyakit yang dapat disembuhkan dengan *inai.* Menggunakan *inai* untuk membalut peradangan berat juga dapat menyembuhkannya karena *inai* memiliki efek yang sama pada luka-luka seperti yang dimiliki oleh pohon darah naga. Bunga *inai* yang dicampur parafin murni dan minyak mawar dapat menyembuhkan sakit pinggang (*thatul janb*).

Inai dapat membuat mata anak-anak kebal terhadap luka-luka yang menyertai cacar dengan cara membalur telapak kaki anak dengan tumbuhan itu ketika gejala-gejala penyakit tersebut mulai muncul pada mereka. Jika diletakkan di antara pakaian wol, bunga *inai* mengharumkan pakaian dan mencegah tumbuhnya jamur atau kuman parasit. Daun *inai* yang direndam dalam air tawar lalu diperas dan diminum selama 40 hari dengan dosis 20 takaran ditambah 10 takaran gula per hari sewaktu makan daging domba muda dapat mencegah penyakit lepra dengan khasiatnya yang luar biasa.

Diriwayatkan bahwa seorang lelaki pernah mengeluhkan belah-belah di kuku jari-jarinya. Ia akan memberikan hadiah uang kepada siapa saja yang dapat mengobati penyakitnya, tapi tak ada yang dapat mengobatinya. Seorang wanita memberinya resep untuk meminum *inai* selama 10 hari, tetapi lelaki itu tak berani meminumnya. Tak kurang akal, lelaki itu lalu merendam daun *inai* dalam air dan meminum air rendaman tersebut. Ternyata jari-jarinya sembuh.

Inai dapat memperhalus dan memperkuat jari-jari. *Inai* yang dicampur mentega dapat digunakan untuk membalut tumor ganas yang mengalirkan residu kuning. *Inai* juga mengobati kudis kronis, menyuburkan dan memperkuat rambut serta memperkuat kepala. *Inai* juga mengobati lepuh-lepuh dan bisul-bisul pada kaki dan bagian tubuh lainnya.

BAB 15
LARANGAN MEMBERIKAN MAKANAN YANG TIDAK DISUKAI PASIEN

AT-TIRMIDZI dalam *al-Jami'* dan Ibnu Majah meriwayatkan dari Aqabah bin Amir al-Jauhani bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Jangan memaksa orang yang sedang sakit untuk makan dan minum. Karena sesungguhnya Allah yang Maha Mulia dan Maha Agung memberi mereka makanan dan minuman."

Sebagian dokter berkata, "Betapa besar manfaat dan kebenaran ucapan Rasulullah s.a.w ini. Sabda beliau mengandung kebijakan ilahiah, terutama bagi para dokter yang merawat pasien mereka. Ketika pasien merasa tidak ingin makan atau minum, sebenarnya tubuh mereka sedang sibuk melawan penyakit atau nafsu makan sedang berkurang. Dalam kondisi seperti ini tidak diizinkan untuk memberikan makanan kepada pasien."

Rasa lapar adalah keinginan tubuh terhadap makanan guna menggantikan energi yang telah dikeluarkan tubuh. Ketika berbagai organ tubuh mengeluarkan energi yang tersedia sehingga mengurangi persediaan energi di dalam tubuh, perut akan memberi sinyal berupa rasa lapar. Diawali dari organ-organ terdekat, makanan akan didistribusikan dari perut menuju organ-organ tubuh lainnya.

Ketika orang sedang sakit, tubuh sibuk mematangkan dan mengeluarkan zat-zat asing dan kotor sehingga tidak membutuhkan

makanan. Jika orang sakit dipaksa makan, tubuh akan mengabaikan fungsinya dan sibuk mencerna makanan sehingga tidak bisa menolak serbuan zat-zat kotor yang menyebabkan penyakit. Ini jelas merugikan orang sakit, terutama ketika ia menderita penyakit akut atau nafsu makannya berkurang, sebab kondisi ini hanya akan menambah kekuatan penyakit.

Orang sakit sebaiknya hanya memakan apa yang dibutuhkan untuk menopang kekuatannya dan harus menghindari hal-hal yang dapat memperburuk kondisinya. Orang sakit sebaiknya hanya mengonsumsi makanan ringan dan jus seperti bunga teratai (sama dengan wortel), apel dan minuman air mawar yang lembut. Makanan yang seharusnya dikonsumsi orang sakit adalah makanan yang berbau harum atau sedap seperti sop ayam. Selain itu, orang sakit diharuskan menyegarkan tubuh dengan wewangian dan mendengarkan berita-berita yang menyenangkan. Pada dasarnya, seorang dokter adalah seorang pelayan, bukan orang yang merintangi penyembuhan pasiennya.

Darah yang baik memberikan nutrisi kepada tubuh. Darah dingin (lendir) adalah darah yang tidak boleh dipertahankan. Karena itu, ketika tubuh orang sakit memiliki darah dingin berlebihan sedangkan perut kosong, tubuh akan mematangkan darah dingin dan mengubahnya menjadi darah segar yang menyuplai energi ke organ-organ tubuh. Tubuh manusia adalah mesin yang diamanahkan oleh Allah untuk dipelihara dan dijaga kesehatannya sepanjang masa pakainya.

Adakalanya, memaksa orang sakit untuk makan dan minum dibenarkan jika penyakit yang diderita disertai gangguan jiwa.

Hadits di atas menunjukkan bahwa orang sakit dapat hidup tanpa nutrisi lebih lama daripada orang sehat dengan kondisi yang sama. Sabda Rasulullah, "Allah memberikan mereka makanan dan minuman" menyiratkan makna yang lebih dalam dibandingkan perkiraan para dokter dan hanya diketahui oleh orang-orang yang memiliki pengetahuan tentang hati, jiwa, pengaruh keduanya terhadap sifat

alamiah tubuh dan sebaliknya.

Faktanya, ketika hati sibuk dengan perasaan seperti gembira, sedih atau takut, maka hati akan sibuk mengurusi perasaan-perasaan itu sehingga mengabaikan kebutuhan untuk makan atau minum. Dalam keadaan ini, orang tidak merasakan lapar atau haus, dingin atau panas. Tubuh lebih menaruh perhatian pada hal-hal yang membuatnya prihatin dan menyebabkan sakit. Setiap orang pernah mengalami ini. Ketika orang sibuk dengan apa yang menyerangnya, ia tidak akan merasa lapar atau sakit.

Ketika unsur yang datang menimbulkan kegembiraan, unsur itu akan menggantikan makanan. Sorak kegembiraan akan memenuhi tubuh, memberi energi dan darah akan dipompa menuju berbagai organ hingga tampak di bawah kulit. Wajah akan bersinar menunjukkan tersebarnya darah dari jantung ke pembuluh-pembuluh darah. Karena sibuk mengurusi hal-hal yang lebih menyenangkan, organ-organ tubuh tidak membutuhkan porsi makanan seperti biasanya. Ketika orang memperoleh apa yang disenanginya, ia akan mengabaikan hal-hal yang lebih rendah.

Demikian pula ketika dilanda kesedihan, penderitaan atau ketakutan, tubuh akan sibuk melawan dan mengusir perasaan-perasaan tersebut sehingga mengabaikan kebutuhan terhadap makanan. Hal ini terjadi karena tubuh sedang sibuk menjalankan peperangan. Jika tubuh memenangkan peperangan itu, perasaan gembira akan membangkitkan kembali kekuatan tubuh dan akan menggantikan energi yang biasanya diperoleh lewat makanan dan minuman. Sebaliknya, jika tubuh kalah, kekuatan tubuh akan merosot. Kadang-kadang, dalam peperangan melawan keprihatinan ini tubuh menang tetapi adakalanya kalah. Jika menang, tubuh akan merasa enerjik dan jika kalah merasa lemah. Jenis peperangan ini menyerupai peperangan nyata di antara orang yang bermusuhan; kedudukan yang lebih menguntungkan mendatangkan kemenangan, sementara yang kalah akan mati atau tertawan.

Orang sakit menerima bantuan dari Allah yang menyediakan nutrisi baginya, selain nutrisi yang diterimanya melalui darah sebagaimana diresepkan oleh para dokter. Bantuan ilahiah ini kuantitasnya beragam sesuai dengan tingkat ketakwaaan seseorang dan kelemahan dan penderitaannya. Ini mendekatkan dia kepada Allah karena kedekatan seorang hamba kepada Tuhannya adalah ketika hatinya tunduk kepada Allah. Jika ia termasuk orang yang taat kepada Allah, hatinya akan mendapat dukungan dan bantuan yang akan memberi nutrisi dan kekuatan melebihi yang biasa diterima oleh tubuh lewat makanan fisik. Makin besar cinta, kebahagiaan, keyakinan, keinginan dan kesenangan seorang hamba kepada Allah, makin besar kekuatan ilahiah yang ia rasakan, kekuatan yang tidak dapat diberikan, dijelaskan atau diketahui oleh dokter manapun.

Orang-orang yang tidak peka dan tidak dapat memahami dan meyakininya hendaklah mengamati keadaan orang-orang yang mendambakan sesuatu, entah sebuah lukisan, jabatan, uang atau pengetahuan. Banyak orang menemukan fakta-fakta yang mengagumkan mengenai dirinya dan orang lain setelah melakukan pengamatan yang mendalam.

Dalam *Shahihain*, diceritakan bahwa Rasulullah s.a.w biasa berpuasa selama beberapa hari berturut-turut, namun beliau melarang para sahabat untuk menirunya. Beliau bersabda, "Aku tidak seperti kalian, sesungguhnya Tuhanku memberiku makanan dan minuman."

Makanan dan minuman yang dimaksud dalam hadits tersebut bukanlah jenis makanan yang biasa dimakan orang lain melalui mulut. Jika tidak, Rasulullah s.a.w tidak akan melanjutkan puasanya. Beliau bersabda, "Tuhanku memberiku makanan dan minuman" dan beliau menggambarkan perbedaan antara dirinya dan para sahabatnya dalam hal puasa karena beliau mampu menahan apa yang para sahabat tidak mampu menahannya. Jika Rasulullah s.a.w berbicara tentang makanan dan minuman biasa, beliau tidak akan mengatakan "Aku tidak seperti kalian". Orang-orang yang mengartikan kata *makanan dan*

minuman dalam hadits di atas sebagai makanan dan minuman biasa sesungguhnya tidak memahami nutrisi yang dibutuhkan hati dan jiwa. Mereka juga tidak mengetahui efek nutrisi ilahiah yang berhubungan dengan kekuatan dan kebangkitan tubuh kembali. Nutrisi tersebut membekali tubuh dengan makanan sejati yang jauh lebih unggul daripada makanan biasa.

BAB 16
MENGOBATI AMANDEL DAN PENGOBATAN MELALUI ORAL (GURAH)

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Bekam dan *qisth* laut (tumbuhan laut beraroma) adalah obat terbaik bagimu dan janganlah menyiksa anak-anakmu dengan menekan anak lidah (tekak) mereka untuk menyembuhkan amandel."

Dalam *Sunan* dan *Musnad* (karya Imam Ahmad) diriwayatkan bahwa Jabir bin Abdullah berkata: Rasulullah s.a.w datang kepada 'Aisyah dan melihat seorang anak lelaki mimisan. Beliau lalu bertanya, "Apa ini?" Mereka menjawab, "Ia menderita amandel atau sakit kepala." Rasulullah s.a.w bersabda, "Celaka kalian! Janganlah kalian membunuh anak-anak kalian. Setiap ibu dari anak yang menderita amandel atau sakit kepala hendaknya menggosok Kayu India dengan air kemudian memberikannya kepada anaknya melalui hidungnya (gurah). Setelah Aisyah menyuruh agar resep obat itu diikuti, anak lelaki itu pun sembuh."

Abu Ubaidah berkata, "Menurut Ubaidah, amandel adalah iritasi tenggorokan yang disebabkan oleh darah." Juga dikatakan bahwa amandel adalah borok yang terjadi di antara telinga dan tenggorokan, terutama menimpa anak-anak muda.

Memberikan Kayu India melalui hidung dapat melawan amandel yang terkomposisi dari darah yang disebabkan oleh akumulasi lendir dalam tubuh anak-anak muda. Kayu itu mengetatkan anak lidah dan mengangkatnya hingga ke tempat yang semestinya. *Aloes* juga dapat mengobati penyakit-penyakit berbahaya lainnya. Pengarang *al-Qanun* menyatakan bahwa *qisth*, tawas Yemeni, dan benih-benih *marjoram* (sebangsa tanaman yang mengandung zat permen) dapat menyembuhkan amandel.

Qisth laut yang disebut dalam hadits tersebut adalah Kayu India yang berwarna keputih-putihan, rasanya manis dan sangat bermanfaat. Orang zaman dahulu biasa mengobati anak-anak yang menderita amandel dengan menekan anak lidah dan kadang-kadang membubuhi sesuatu pada anak lidah. Rasulullah s.a.w melarang praktik ini dan mengajarkan cara yang lebih bermanfaat dan lebih mudah bagi anak-anak.

Obat yang diberikan melalui gurah bisa berupa obat-obatan sederhana atau kompleks yang digiling dan dikeringkan lalu diberikan melalui hidung penderita sewaktu ia terlentang dengan bahu terangkat sehingga kepala tunduk. Dengan posisi ini, obat dapat mencapai kepala dan penyakit terbuang melalui bersin.

Rasulullah s.a.w memuji penggunaan metode ini (memasukkan obat melalui hidung) jika diperlukan. Abu Dawud menyebutkan dalam *Sunan*-nya bahwa Rasulullah s.a.w sendiri menggunakan obat dengan gurah.

BAB 17
MENGOBATI PENYAKIT JANTUNG

ABU DAWUD meriwayatkan dalam *Sunan*-nya dari hadits oleh Mujahid bahwa Sa'd berkata: Sekali waktu, aku sakit. Rasulullah s.a.w datang mengunjungiku dan meletakkan tangannya di tengah-tengah dadaku hingga kurasakan dinginnya tangan itu di jantungku. Beliau s.a.w kemudian berkata, "Sesungguhnya engkau menderita penyakit jantung. Datangkan al-Harits bin Kaladah dari (suku) Thaqif karena ia mengetahui pengobatan. Suruh ia mengambil kurma Madinah, menggilingnya beserta bijinya dan mencekokkannya kepadamu melalui mulut."

Penderita penyakit jantung merasakan sakit di bagian jantung sebagaimana orang yang menderita sakit usus.

Kurma, khususnya kurma kering dari Madinah, memiliki keistimewaan luar biasa untuk mengobati penyakit jantung. Penggunaan tujuh buah kurma adalah ilmu yang hanya diketahui melalui wahyu.

Dalam *Shahihain* diriwayatkan dari hadits oleh Amir bin Sa'd bin Abu Waqqas dari ayahnya yang berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Barangsiapa memakan tujuh buah kurma dari daerah 'Aliyah (daerah di Madinah) ketika ia bangun tidur, maka tak ada racun atau sihir yang dapat mencelakakannya pada hari itu."

Dalam riwayat lain, Rasulullah s.a.w bersabda, "Barangsiapa yang memakan tujuh buah kurma yang dihasilkan di antara dua wilayah di Madinah yang tertutupi batu-batu hitam terbakar pada pagi hari, maka ia tidak akan menjadi celaka oleh racun hingga memasuki malam hari."

Kurma bersifat panas pada tingkatan kedua dan kering pada tingkatan pertama. Ada yang mengatakan lembab pada tingkatan kedua. Kurma merupakan jenis makanan yang baik untuk menjaga kesehatan, terutama bagi orang-orang yang makanan sehari-harinya mengandung kurma seperti penduduk Madinah dan lainnya. Bagi penduduk negeri-negeri dingin dan panas yang memiliki temperatur pada derajat kedua, kurma kering merupakan jenis makanan terbaik. Manfaat kurma bagi daerah-daerah tersebut melebihi yang diperoleh penduduk daerah-daerah dingin karena dinginnya perut penduduk mereka dan panasnya perut penduduk negeri-negeri dingin. Karena itu, penduduk Hijaz, Yaman dan Taif serta wilayah-wilayah serupa banyak mengonsumsi makanan panas seperti kurma dan madu. Mereka juga banyak menggunakan lada dan jahe dalam makanan mereka melebihi wilayah-wilayah lain, kadang-kadang sampai sepuluh kali lipat banyaknya. Sebagian dari mereka bahkan memakan *zanjabil* (jahe) sebagaimana orang lain memakan manisan. Jenis makanan ini cocok bagi mereka dan tidak merugikan karena suhu tubuh mereka rendah sebagaimana air sumur menjadi lebih dingin pada musim panas dan lebih hangat pada musim dingin. Dengan begitu, perut lebih mudah mencerna karena pada musim dingin makanan lebih padat dibandingkan pada musim panas.

Bagi penduduk Madinah, kurma kering merupakan makanan pokok sebagaimana gandum bagi bangsa-bangsa lain. Kurma kering dari 'Aliyah di Madinah adalah salah satu jenis kurma terbaik karena gurih, lezat dan sangat manis.

Kurma merupakan buah, makanan dan juga obat. Kurma menguntungkan tubuh dan berperan memperkuat panas alamiah. Selain itu, kurma tidak menghasilkan zat-zat sampah yang merugikan

sebagaimana yang dihasilkan makanan atau buah-buahan lain. Kurma justru mengawetkan sampah tubuh agar tidak membusuk, terutama bagi mereka yang biasa memakan kurma yang dikeringkan.

Hadits tentang kurma kering secara khusus ditujukan bagi penduduk Madinah dan sekitarnya. Nilai medis tanaman obat di wilayah-wilayah tertentu berkaitan dengan letak geografisnya. Tanaman obat tertentu mungkin berkhasiat di habitat alamnya, tapi tidak berkhasiat jika tumbuh di tempat lain. Ini terjadi karena pengaruh tanah, udara atau kedua unsur itu. Berbagai unsur tanah berbeda sifat dan karakteristiknya, sebagaimana manusia berbeda satu sama lain. Kadang-kadang, jenis tumbuhan tertentu menjadi makanan pokok sehari-hari di daerah tertentu, namun merupakan racun di wilayah lain. Kadang-kadang, obat-obatan tertentu yang digunakan banyak orang pada negeri tertentu merupakan makanan pokok bagi orang-orang di wilayah lain. Sebagian jenis obat mungkin menyembuhkan beberapa penyakit bagi sebagian orang, tapi menyembuhkan penyakit lain bagi orang lain. Jenis obat tertentu mungkin bermanfaat di suatu daerah, namun tidak berguna di daerah lain.

Keutamaan menggunakan tujuh buah kurma memiliki memiliki makna spiritual dan material. Allah menciptakan tujuh langit, tujuh bumi, tujuh tahap. Allah menjadikan *tawaf* tujuh kali putaran, dan *sa'i* juga tujuh kali perjalanan antara Safa dan Marwah, melempar *Jumrah* dengan tujuh batu kerikil masing-masingnya dan takbir pada shalat *Id* dilakukan tujuh kali. Rasulullah s.a.w bersabda, tentang anak-anak yang belum *baligh*, "Perintahkanlah ia (anakmu) untuk melakukan shalat pada usia tujuh tahun."

Ketika anak mencapai usia tujuh tahun, ia diberi hak untuk memilih antara ayah dan ibunya (dalam kasus perceraian). Menurut satu riwayat, ayah lebih berhak atas anaknya, tapi menurut riwayat lain, ibu lebih berhak. Ketika Rasulullah s.a.w sakit, beliau memerintahkan agar air dituangkan di tubuhnya dari tujuh wadah air yang berbeda. Allah juga mengirim badai yang menghancurkan kaum 'Ad selama tujuh malam

berturut-turut. Rasulullah s.a.w juga memohon kepada Allah dalam doanya untuk membantunya melawan umatnya yang kafir dengan tujuh tahun kelaparan sebagaimana ujian kepada umat Nabi Yusuf as. Ketika Allah memberikan pahala sedekah, Allah membandingkannya dengan sebutir (jagung) yang menumbuhkan tujuh tangkai jagung dan setiap tangkainya memiliki seratus butir. Pada masa Nabi yusuf as, Raja Mesir bermimpi tentang tujuh tangkai jagung dan tujuh tahun di mana rakyatnya menanami tanah-tanah mereka. Lalu, sedekah dilipatgandakan tujuh ratus kali hingga jumlah yang lebih banyak. Ada tujuh puluh ribu kaum muslim yang akan memasuki surga tanpa *hisab*. Bilangan tujuh mempunyai makna khusus melebihi bilangan lain.

Hadits yang menyebutkan bahwa memakan tujuh buah kurma dari wilayah tertentu di Madinah dapat mencegah racun dan sihir menunjukkan kualitas-kualitas khusus jenis kurma ini. Seandainya Hipokrates atau Galineus yang mengemukakan hal ini, bukan Nabi s.a.w, para dokter akan segera menerima pernyataan tersebut tanpa ragu meskipun kedua orang itu mengeluarkan pernyataan hanya berdasarkan intuisi, perkiraan dan spekulasi. Pernyataan-pernyataan yang datang dari Rasulullah s.a.w, yang didasarkan pada bukti, keyakinan dan wahyu ilahi, lebih pantas untuk diterima tanpa keraguan.

Kurma kering bermanfaat untuk menawarkan racun dan hadits yang berkenaan dengan ini bersifat umum. Kurma ini dapat menyembuhkan semua racun karena kekhususan suatu daerah atau tanah. Namun, kami harus menyatakan bahwa salah satu syarat yang dimiliki orang sakit agar bisa disembuhkan adalah keyakinan. Jika penderita yakin pada kemanjuran pengobatan yang dijalaninya, tubuhnya akan menerima dan menggunakannya untuk melawan penyakit. Faktanya, beberapa obat manjur jika pasien percaya atau yakin pada efek obat itu. Ketika hati menerima bahwa obat tertentu mujarab, tubuh akan merasakan peningkatan kekuatan dan panas instingtif yang dapat membantu tubuh membuang zat-zat merugikan. Sebaliknya, kadang-kadang obat yang manjur tidak berfungsi karena

pasien tidak percaya bahwa obat itu dapat menyembuhkannya sehingga tidak menerima dan tidak memperoleh kesembuhan dari obat itu.

Ini juga berlaku untuk Al-Qur'an yang merupakan obat terbaik bagi tubuh dan hati, dan paling bermanfaat baik dalam kehidupan ini maupun akhirat. Al-Qur'an tidak akan memberi manfaat pada hati yang tidak mempercayai nilainya sebagai penyembuh dan obat. Al-Qur'an justru akan menambahkan penyakit kepada hati yang tidak percaya itu.

Tidak ada obat yang lebih manjur bagi penyakit hati daripada Al-Qur'an. Kitab suci ini secara sempurna menghapuskan penyakit-penyakit hati, memelihara kesehatan dan kesejahteraan hati serta melindunginya dari segala unsur yang mungkin membahayakan. Namun, banyak hati manusia mengabaikan Al-Qur'an dan tidak mempercayai daya penyembuhannya, dan karenanya tidak memanfaatkannya. Mereka lebih suka merujuk pada jenis-jenis pengobatan buatan manusia. Hati yang seperti ini akan makin jauh dari kesembuhan, gejala-gejala yang menyerang hati mereka akan bertahan dan akan membuka hati mereka terhadap berbagai penyakit lainnya. Para dokter dan pasien terbiasa menerima obat-obatan yang dihasilkan manusia dan diresepkan oleh pemimpin atau orang-orang yang mereka hormati. Akibatnya, bencana akan bertambah dan penyakit akan lebih sulit disembuhkan. Dan, semakin mereka menggunakan obat-obatan ini, semakin parah penyakit mereka.

Situasi ini cocok dengan ungkapan syair:

Inilah keajaiban dan betapa banyak keajaiban.
Penyembuhan yang begitu dekat namun tak terjangkau! Serupa unta-unta kehausan di padang pasir. Mengangkut air yang tak dapat mereka teguk.

BAB 18
MENETRALKAN UNSUR-UNSUR MAKANAN DAN BUAH-BUAHAN YANG BERBAHAYA

DALAM *Shahihain* diriwayatkan bahwa Abdullah bin Ja'far ra berkata, "Saya melihat Rasulullah s.a.w memakan kurma segar dan ketimun Mesir."

Kurma segar panas dan lembab pada tingkatan kedua, meningkatkan gairah seksual dan menambah kekuatan perut yang dingin. Namun, kurma segar cepat membusuk, menimbulkan dahaga, merusak gigi, mencemarkan darah, menyebabkan sakit kepala serta menimbulkan beragam sumbatan dan sakit pada prostat. Ketimun Mesir bersifat dingin dan basah pada tingkatan kedua, menghilangkan dahaga, memiliki aroma menyegarkan dan mendinginkan perut. Jika biji timun Mesir dikeringkan, dihaluskan dan direbus dengan air lalu diminum akan dapat memuaskan dahaga, membantu memproduksi urine dan meredakan sakit di prostat. Biji ketimun yang dihaluskan lalu diayak dan digosokkan pada gigi akan memutihkan gigi. Daun ketimun yang ditumbuk dan dicampur dengan selai kismis dapat digunakan sebagai pembalut untuk melawan gigitan anjing gila.

Secara umum, kurma segar panas sedangkan ketimun Mesir dingin. Tapi masing-masing cocok bagi satu sama lain dan menetralkan keburukan satu sama lain. Satu keburukan suatu zat dinetralisir dengan

mengombinasikannya dengan lawan atau penangkalnya. Ini merupakan tujuan ilmu kesehatan pencegahan dan dasar bagi ilmu kedokteran secara keseluruhan.

Kombinasi makanan atau obat-obatan dengan penangkal atau lawannya membuat produk lebih ringan dan bebas dari efek samping yang merugikan. Ini akan mempertahankan kesehatan, kekuatan dan keselamatan tubuh.

'Aisyah ra pernah berkata, "Mereka berusaha dengan segala cara untuk membuatku lebih gemuk dengan menyuruhku mengonsumsi setiap jenis makanan, namun aku tidak berhasil. Tetapi, ketika mereka memberiku kurma segar dan ketimun Mesir, aku menjadi lebih gemuk."

Secara umum, menetralisasi efek buruk zat panas dengan dingin, dingin dengan panas, kering dengan basah dan basah dengan kering merupakan salah satu penyembuhan terpenting dan juga langkah-langkah pelestarian kesehatan. Yang serupa dengan ini adalah petunjuk Rasulullah tentang mencampur *senna* dan *sanut* (madu dan mentega), karena metode ini dapat membuat *senna* menjadi lebih ringan. Semoga Allah melimpahkan kedamaian dan berkah-Nya kepada orang yang menjaga kehidupan hati dan tubuh dan yang memelihara kepentingan kehidupan dunia ini dan akhirat.

BAB 19
PENGOBATAN MELALUI DIET

Semua pengobatan mengandung dua unsur, yaitu diet dan menjaga kesehatan. Ketika seseorang merasa sakit, ia harus membebaskan tubuhnya dari zat-zat merugikan dan sampah-sampah tubuh.

Ada dua macam diet, yaitu perlindungan dari unsur-unsur yang bisa menimbulkan penyakit dan menghindari unsur-unsur yang dapat memperparah penyakit agar tidak tersebar. Jenis pertama diperuntukkan bagi orang yang sehat dan jenis kedua diperuntukkan bagi orang-orang yang terkena penyakit. Jika orang sakit melaksanakan diet tertentu, penyakit tidak akan berkembang dan kekuatan tubuh akan membebaskan tubuhnya dari penyakit.

Dasar mengenai diet adalah firman Allah:

> *Dan jika kalian sakit, dalam perjalanan, salah seorang dari kalian selesai menunaikan hajat atau kalian melakukan hubungan dengan para istri (hubungan seksual) dan kalian tidak menemukan air, maka hendaklah kalian bertayamum dengan tanah yang bersih." (QS. Al-Maidah: 6)*

Allah menyuruh orang sakit menghindari air karena hal itu mungkin merugikannya.

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Umm Al-Munthir binti Qays Al-Anshariyah berkata: Rasulullah s.a.w datang bersama Ali ra yang pada waktu itu baru sembuh dari satu penyakit.

Kami memiliki beberapa tandan kurma yang tergantung. Rasulullah s.a.w mulai memakannya dan kemudian Ali ikut memakannya. Lalu Rasulullah s.a.w berkata kepada Ali, "Engkau baru saja sembuh." Ali ra berhenti makan. Saya lalu memasak *barli* (sebangsa gandum) dan *chard* (sebangsa lobak atau bit), lalu menghidangkannya kepada mereka. Rasulullah s.a.w berkata kepada Ali, "Makanlah ini, ini lebih bermanfaat bagimu." Dalam riwayat lain, Rasulullah s.a.w bersabda, "Makanlah makanan ini karena lebih cocok bagi kondisimu."

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya juga meriwayatkan bahwa Suhaib berkata: "Aku datang kepada Rasulullah s.a.w dan terdapat kurma dan roti di depannya. Beliau s.a.w bersabda, 'Kemari dan makanlah.' Aku mengambil beberapa buah kurma dan memakannya. Kemudian Rasulullah s.a.w bertanya, 'Mengapa engkau memakan kurma sedangkan engkau menderita sakit mata?' Aku berkata, 'Wahai Rasulullah, aku mengunyah dengan mata sebelah.' Rasulullah s.a.w kemudian tersenyum."

Dalam hadits lain, Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika Allah mencintai seorang hamba, Dia menjauhkannya dari kehidupan dunia ini sebagaimana kalian menjauhkan orang sakit dari makanan dan minuman. Allah menjadikan hamba-Nya yang beriman menjauh dari kehidupan dunia ini."

Hadits yang banyak beredar dan diketahui oleh banyak orang seperti 'diet adalah obat utama,' 'perut adalah sarang penyakit,' 'berikanlah kepada masing-masing orang menurut kebiasaan makan dan obat,' menurut para ulama hadits, ini bukan hadits. Ungkapan-ungkapan tersebut berasal dari al-Harits bin Kaladah, seorang dokter Arab terkenal.

Disebutkan dalam sebuah hadits bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Perut adalah kolam tubuh yang dengannya urat-urat darah terhubung. Jika perut sehat, urat-urat darah akan berfungsi dengan baik dan jika perut sakit, urat-urat darah tidak akan berfungsi dengan baik."

Al-Harits menyatakan bahwa, "Diet adalah obat utama." Bagi mereka, diet yang dikerjakan orang sehat serupa bahayanya dengan kebiasaan makan tak sehat bagi orang yang sedang sakit dan orang yang baru sembuh dari sakit. Diet paling bermanfaat ketika dilaksanakan oleh orang yang baru sembuh dari penyakit karena kekuatan dan kesehatan organ-organ tubuh belum normal, proses pencernaan tidak seefisien biasanya, sedangkan organ tubuh masih mudah terkena penyakit. Kebiasaan makan tidak sehat dapat menimbulkan penyakit yang mungkin lebih parah dari sebelumnya.

Rasulullah s.a.w melarang Ali ra makan kurma ketika masih dalam proses penyembuhan merupakan tindakan pencegahan terbaik. Buah-buahan berbahaya bagi orang yang sedang mengalami proses penyembuhan karena buah-buahan menuntut proses pencernaan secara cepat, sedangkan tubuh sedang melawan penyakit dan tidak cukup kuat untuk memproses makanan berlebihan. Kurma segar menambah beban bagi perut ketika tubuh sedang melawan penyakit dan menghilangkan efek-efeknya. Sisa-sisa penyakit akan hilang atau justru menghebat kembali, tergantung pada kondisi tubuh.

Karena itu, ketika bubur gandum dan sayur rebus yang sudah dimasak dihidangkan, Rasulullah s.a.w menyuruh Ali ra untuk memakannya. Hidangan tersebut adalah jenis makanan terbaik bagi pasien yang sedang dalam proses penyembuhan dan orang yang perutnya lemah. Air gandum yang dimasak dingin dan bergizi serta memiliki kualitas-kualitas pereda lainnya, merelaksasi perut dan memperkuat tubuh, terutama jika dimasak dengan sayur rebus.

Zaid bin Aslam pernah berkata, "Umar ra pernah melarang keras orang yang sedang sakit makan kurma segar sampai dia menghisap biji kurma." Diet merupakan salah satu obat terpenting sebelum dan sesudah penyakit menyerang karena dapat mencegah penyakit menyebar atau berkembang.

Jika orang sehat, orang yang sedang dalam proses penyembuhan atau orang sakit sangat menginginkan makanan atau minuman

tertentu yang tidak boleh mereka makan, diperbolehkan jika ia mengonsumsinya sedikit saja. Perut akan menerima dan mencerna makanan itu dengan mudah dan menetralisir efek buruknya karena makanan itu lebih berguna daripada obat yang tidak disukai. Inilah sebabnya Rasulullah s.a.w membolehkan Suhaib memakan sedikit kurma ketika ia menderita sakit mata, karena hanya sedikit dan tidak merugikan.

Ali ra berkata ketika dirinya sedang menderita sakit mata ia bertemu dengan Rasulullah yang sedang memakan kurma. Rasulullah bertanya, "Wahai Ali, apakah engkau ingin makan kurma?" Beliau kemudian memberikan sebuah kurma, ditambah lagi hingga mencapai tujuh buah. Kemudian beliau berkata, "Cukup, Ali."

Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-nya dari hadits yang diriwayatkan oleh Aramih dari Ibnu Abbas ra berkata: "Suatu saat Rasulullah s.a.w sedang mengunjungi seseorang yang sedang sakit dan bertanya, 'Apa yang engkau inginkan?' Orang itu berkata, 'Aku ingin roti gandum,' atau (dalam riwayat lain) 'Aku ingin kue.' Kemudian Rasulullah s.a.w berkata, 'Siapa saja yang memiliki roti gandum, hendaklah ia mengirimkan sebagian kepada saudara ini.' Selanjutnya, Rasulullah bersabda, 'Apabila orang yang sedang sakit menginginkan (makan) sesuatu, berikanlah ia.'"

Hadits ini mengandung suatu rahasia kesehatan. Ketika orang sakit memakan makanan yang diinginkan untuk menghilangkan lapar, maka makanan itu lebih bermanfaat daripada jika ia makan makanan yang tidak diinginkan. Penerimaan tubuh atas makanan itu akan mencegah bahaya yang dapat ditimbulkannya. Di samping itu, jika orang yang sedang sakit makan makanan yang tidak diinginkannya, maka dapat menimbulkan kerugian bagi dirinya meskipun zatnya sendiri bermanfaat. Umumnya, makanan yang enak dan disukai dapat diterima tubuh dan dapat dicerna dengan baik, terutama ketika selera makan sangat tinggi. *Wallahu a'lam*

BAB 20
MENGOBATI SAKIT MATA DENGAN ISTIRAHAT, MENINGGALKAN AKTIVITAS DAN MENGHINDARI IRITASI SAKIT MATA

Telah disebutkan bahwa Rasulullah s.a.w menyuruh Suhaib menghindari memakan kurma kering ketika dia menderita sakit mata. Beliau juga melarang Ali ra makan kurma kering ketika dia menderita penyakit yang sama. Abu Nu'im meriwayatkan dalam kitabnya, *Ath Thibbun Nabawi*, "Bila salah seorang istri Rasulullah menderita sakit mata, beliau tidak akan menyentuhnya hingga istrinya sembuh.'

Sakit mata adalah infeksi yang menyerang *konjungtiva* (selaput lendir yang melapisi permukaan dalam kelopak mata). Penyakit ini disebabkan oleh salah satu dari empat kondisi (panas, dingin, kering dan basah) atau akumulasi gas panas di kepala dan tubuh yang menyebar dalam esensi mata. Sakit mata bisa disebabkan oleh pukulan pada mata sehingga darah berusaha keras mengalirkan darah untuk penyembuhannya sehingga mata menjadi bengkak.

Sebagaimana dua jenis uap yang naik ke udara, yaitu udara panas dan kering, serta udara panas dan basah yang naik ke angkasa dan membentuk awan yang membayangi langit dari penglihatan mata. Uap semacam itu naik dari perut menuju bagian-bagian tubuh yang lebih tinggi dan menyebabkan beberapa penyakit seperti sakit mata.

Ketika daya tubuh kuat, tubuh akan mendorong zat-zat gas ini menuju hidung dan menyebabkan *kongesti* yang biasanya menyertai pilek. Ketika zat-zat ini didorong melalui anak lidah dan lubang hidung, maka zat-zat ini menyebabkan *angina* (nyeri tekak). Jika uap ini didorong menuju ke samping, maka menyebabkan radang selaput dada. Jika uap ini mencapai dada, akan menimbulkan radang paru-paru. Jika uap ini mencapai jantung, maka menyebabkan jantung berdebar dengan cepat, dan jika mencapai mata, dapat menimbulkan sakit mata. Jika uap ini mencapai rongga usus besar, akan menyebabkan diare. Jika uap ini mencapai otak, maka menimbulkan sifat pelupa, sedangkan jika otak menerima uap ini dalam jumlah yang berlebihan, maka menyebabkan tidur berlebihan. Inilah sebabnya tidur bersifat basah, sedangkan terjaga (tidak tidur) bersifat kering. Jika gas-gas sepsis tidak dapat keluar dari tubuh melalui kepala, gas-gas itu akan menimbulkan sakit kepala dan kurang tidur. Jika gas-gas ini menyerang satu bagian kepala, maka dapat menyebabkan migren. Jika gas-gas ini menyebabkan dingin, panas atau basah dan mencapai selaput otak , maka menyebabkan bersin. Jika gas-gas tersebut menimbulkan akumulasi lendir pada selaput otak sehingga sifat panasnya menjadi lemah, maka menyebabkan pingsan dan stroke. Jika gas-gas ini meningkatkan cairan empedu hitam, maka menimbulkan obsesi. Jika saraf-saraf otak besar menerima gas-gas ini, maka saraf-saraf tersebut akan menderita *facial paralysis* (kelumpuhan otot-otot wajah). Jika gas-gas ini disebabkan oleh cairan empedu kuning yang mengalami peradangan hingga memanaskan otak, maka menyebabkan tumor otak besar. Jika dada menerima sebagian dari gas-gas ini, dapat timbul radang selaput dada.

Kondisi tubuh dan kepala akan teriritasi karena sakit mata. Melakukan hubungan seks dalam kondisi ini akan memperburuk keadaan. Seks menghendaki gerakan yang dilakukan bersama oleh seluruh tubuh, hati dan jiwa. Tubuh akan memanas akibat gerakan-gerakan hubungan seks, sedangkan aktivitas jiwa meningkat dalam

usaha untuk memperoleh puncak kesenangan. Darah bergerak mengikuti aktivitas tubuh dan jiwa, karena darah terutama terkoneksi dengan tubuh melalui jantung, darimana darah akan menyebar ke bagian-bagian tubuh lainnya. Aktivitas tubuh memungkinkan tubuh mengirim sperma dalam jumlah yang memadai. Dengan demikian, aktivitas seksual melibatkan gerakan total tubuh, hati dan jiwa, dan setiap gerakan menimbulkan beragam kondisi dan menyebabkannya bergerak menuju bagian-bagian tubuh yang lebih lemah. Dalam kasus sakit mata, mata sangat lemah sehingga hubungan seks sangat tidak baik bagi penyakit itu.

Hipokrates berkata dalam bukunya *Al-Fushul*: Bepergian dengan kapal membuktikan bahwa gerakan dapat menyenangkan tubuh. Tubuh juga memperoleh banyak manfaat dari sakit mata karena penyakit tersebut membantu tubuh membuang zat-zat merugikan serta membersihkan tubuh dan kepala dari unsur-unsur sepsis. Juga, sakit mata membersihkan kepala dan tubuh dari zat-zat sampah, memaksa orang yang terjangkiti melaksanakan diet dan menghindari kesedihan, duka-cita, gerakan-gerakan kuat dan kerja keras. Beberapa pendahulu kita berkata, "Janganlah membenci sakit mata karena ia dapat mencegah kebutaan."

Di samping itu, sakit mata mengharuskan penderita untuk beristirahat dan tidak menyentuh mata untuk mencegah lebih banyak zat merugikan terakumulasi di dalamnya. Beberapa ulama Salaf berkata, "Situasi yang dihadapi para sahabat Nabi s.a.w serupa dalam hal penyakit mata: penyembuhannya adalah menghindari menyentuhnya."

Diriwayatkan dalam sebuah hadits yang tidak dipastikan ke-*shahih*-annya bahwa memercikkan air dingin pada mata dapat menyembuhkan sakit mata. Obat yang disebutkan dalam hadits tersebut hanya bermanfaat bagi sakit mata panas. Karena air bersifat dingin, maka dapat mendinginkan panas yang menyertai sakit mata. Inilah sebabnya ketika istri Abdullah bin Mas'ud ra mengeluhkan

matanya, suaminya berkata, "Jika engkau melaksanakan apa yang biasa Rasulullah lakukan, maka itu lebih baik bagimu dan akan mempercepat penyembuhan matamu. Percikanlah air pada matamu, lalu ucapkanlah,

أَذْهِبِ الْبَأْسَ رَبَّ النَّاسِ ، وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِي؛ لاَ شِـــفَاءَ إِلاَّ شِفَاؤُكَ؛ شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سُقْمًا

'Sembuhkanlah penyakitku, wahai Tuhannya manusia! Berikanlah kesembuhan karena hanya Engkau pemberi kesembuhan dan tak ada kesembuhan kecuali yang Engkau berikan. Berikanlah penyembuhan yang dapat menghilangkan setiap penyakit."

Ini khusus untuk beberapa negara dan bagi sebagian penyakit yang menyerang mata. Jangan memberikan aspek umum pada hadits khusus, demikian pula sebaliknya untuk menghindari kesalahan-kesalahan. *Wallahu a'lam.*

BAB 21
MENGOBATI LUKA GINJAL YANG MENYEBABKAN KEJANG-KEJANG

Abu Ubaidah ra berkata dalam kitabnya *Gharibul Hadits* dari hadits Abu Utsman Al-Nahdi bahwa beberapa orang melewati sebuah pohon dan makan buahnya, kemudian seakan-akan angin menyapu tempat itu dan membuat mereka kejang-kejang. Rasulullah s.a.w bersabda, "Dinginkanlah air di teko dan tuangkanlah air itu pada mereka di antara dua adzan (antara adzan dan iqamat subuh)."

Abu Ubaid berkata, teko kulit digunakan sebab alat tersebut dapat mendinginkan air melebihi wadah yang terbuat dari tanah liat.

Sebagian dokter menyatakan bahwa resep pengobatan yang diberikan Rasulullah s.a.w dalam hadits ini merupakan salah satu obat yang sangat manjur untuk melawan kejang-kejang yang terjadi di Hijaz, negeri yang panas dan kering. Penduduk wilayah itu memiliki panas instingtif yang lemah. Menuangkan air dingin pada orang-orang yang menderita kejang-kejang selama waktu tersebut di atas, waktu paling dingin pada malam hari, dapat menyebabkan panas alami yang menyebar di seluruh tubuh terakumulasikan di bagian-bagian tubuh yang lebih dalam, tempat penyakit berada. Atas kehendak Allah, kekuatan-kekuatan tubuh akan berkonsentrasi untuk melawan dan memaksa penyakit keluar.

Jika Galineus atau Hipokrates yang memberikan resep obat ini, para dokter pasti akan terkagum-kagum terhadap kemanjurannya!

BAB 22
OBAT PADA SAYAP LALAT

Dalam *Shahihain* disebutkan sebuah hadits yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika seekor lalat jatuh ke dalam minumanmu, hendaklah ia mencelupkan lalat itu (ke dalam minuman tadi). Karena, satu sayapnya mengandung penyakit dan satunya lagi mengandung obat bagi penyakit itu."

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Rasulullah bersabda, "Salah satu sayap lalat mengandung racun, sedangkan sayap satunya mengandung obat. Jika ada lalat jatuh ke dalam makanan, celupkan ia. Demi Allah, sesungguhnya Dia (Allah) pertama-tama membuat racun bereaksi dan kedua, membuat obatnya."

Hadits ini mengandung dua aspek, yaitu fiqih dan kesehatan. Mengenai aspek fiqih, hadits tersebut menyatakan bahwa seekor lalat yang jatuh di dalam air atau cairan tidak menjadikan air atau cairan itu tidak suci. Ini dinyatakan oleh sebagian besar dokter dan tak seorang pun di antara ulama Salaf menentang keputusan ini.

Buktinya adalah Rasulullah s.a.w memerintahkan agar lalat yang jatuh pada makanan sekalian saja dibenamkan sehingga mati, terutama jika makanannya panas. Jika matinya lalat di dalam makanan menjadikannya tidak suci, Rasulullah s.a.w tentu akan memerintahkan kepada kita untuk membuang makanan itu. Kenyataannya, beliau meminta untuk menyelamatkan makanan itu.

Ini berlaku untuk lebah, hewan penyengat, laba-laba dan semua serangga sejenis. Sabda Rasulullah dalam hadits ini bersifat umum. Alasan hewan yang mati tidak suci adalah karena darahnya tetap terperangkap dalam tubuh, sedangkan serangga tidak memiliki darah. Orang yang menyatakan bahwa tulang bangkai menimbulkan najis berkata: Jika ini benar berkenaan dengan binatang hidup yang mengandung kotoran dan kongesti darah, pernyataan bahwa tulang tidak najis tak bisa dibantah karena tulang tidak mengandung cairan, kotoran atau darah. Ini sangat valid. Orang pertama yang menyatakan bahwa binatang yang tidak memiliki darah tidak najis adalah Ibrahim an-Nukha'i dan selanjutnya para ulama pun ikut menyetujui pendapat itu.

Berkenaan dengan nilai medis, Abu 'Ubaidah ra berkata bahwa lalat dibenamkan ke dalam minuman karena itu akan melarutkan obat dari sayap yang satunya lagi sebagaimana racun terlarutkan dari sayap yang jatuh ke dalam makanan.

Lalat mengandung materi-materi racun yang menjadi senjata pertahanan serangga itu, seperti terbukti dari efek gigitannya berupa bintik-bintik merah pada kulit dan infeksi. Rasulullah s.a.w memerintahkan agar kita menetralisir zat-zat racun yang dihasilkan lalat dengan obat yang telah disediakan oleh Allah pada sayapnya yang lain. Lalat harus dicelupkan ke dalam air atau makanan sehingga obatnya dapat menetralkan efek racunnya. Ini merupakan obat yang tak pernah di temukan oleh para dokter terbaik. Pengetahuan seperti ini hanya datang dari para Nabi. Namun, dokter yang ahli tunduk pada pengobatan Nabi dan mengakui bahwa orang yang diutus untuk menyampaikan pengobatan ini adalah manusia sempurna yang didukung wahyu ilahiah yang melampaui kekuasaan manusia.

Beberapa dokter menyatakan bahwa meminyaki bekas sengatan kalajengking dan serangga penyengat dengan lalat ternyata dapat meredakan sakit karena obat yang berada di salah satu sayap lalat. Tubuh lalat, setelah dilepas dari kepalanya, jika digunakan untuk menggosok bengkak pada kelopak mata dapat menyembuhkan tumor tersebut.

BAB 23
MENGOBATI JERAWAT

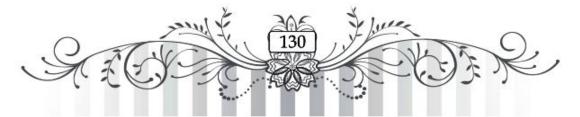
IBNU AS-SUNNI dalam kitabnya menyebutkan sebuah hadits dari salah seorang istri Nabi s.a.w yang berkata: "Pernah, Rasulullah s.a.w berpapasan denganku ketika ada jerawat di jariku. Beliau bertanya, 'Apakah engkau memiliki *dzarirah* (arum)?' Saya berkata, 'Ya.' Beliau kemudian melanjutkan, 'Letakkanlah pada jerawatmu, lalu bacalah doa ini:

اَللّٰهُمَّ مُصَغِّرَ الْكَبِيْرِ، وَمُكَبِّرَ الصَّغِيْرِ؛ صَغِّرْ مَابِى.

> *Ya Allah yang mengecilkan apa yang besar dan membesarkan apa yang kecil. Jadikanlah kecil apa yang aku derita ini.*

Dzarirah (arum) adalah obat India yang terbuat dari rotan arum. Arum mempunyai sifat panas dan kering yang dapat menyembuhkan radang perut dan lever, busung air dan juga memperkuat jantung.

Dalam *Shahihain* diriwayatkan, 'Aisyah ra berkata, "Saya meminyaki Rasulullah s.a.w dengan tanganku dengan menggunakan *dzarirah* (arum) pada haji *wada'* selama *ihram* dan selainnya."

Jerawat adalah bisul bernanah yang terjadi akibat zat-zat berbahaya yang mempunyai sifat panas dan sepsis menonjol di kulit sehingga perlu obat untuk mematangkannya dan mendorongnya keluar

dari tubuh. *Dzarirah* memiliki khasiat ini. *Dzarirah* meredakan panas dari jerawat. Pengarang *al-Qanun* berkata, "Tak ada obat yang lebih baik bagi api yang membakar dibandingkan dengan *dzarirah* jika dicampur dengan intisari minyak mawar dan cuka."

BAB 24
MENGOBATI TUMOR DAN BISUL DENGAN OPERASI

Diriwayatkan bahwa Ali ra berkata: "Saya datang bersama Nabi kepada seseorang yang menderita bengkak di punggungnya. Mereka berkata, 'Wahai Rasulullah, bengkak ini mengandung nanah.' Beliau bersabda, Torehlah! Ali menambahkan: Saya tetap di sana sampai bengkak itu diiris/ditoreh dan Nabi menyaksikan operasi itu."

Abu Hurairah ra meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w memerintahkan seorang tabib menoreh bisul yang tumbuh di perut seorang lelaki. Mereka bertanya, "Apakah melakukan pengobatan ini bisa bermanfaat, wahai Rasulullah?" Beliau menjawab, "Dia yang menurunkan penyakit, Dia juga yang menurunkan obat sesuai dengan yang dikehendaki-Nya."

Bengkak adalah material seukuran organ yang disebabkan oleh penumpukan materi nonalamiah yang mengalir ke organ itu. Bengkak ada di semua jenis penyakit jasmani yang menimbulkan bengkak , yakni panas, dingin, kering dan basah, ditambah air dan angin. Jika bengkak terkonsentrasi, dinamakan abses (bisul). Setiap bengkak panas mengarah pada tiga akibat, yaitu membusuk, menjadi nanah atau mengeras. Jika tubuh cukup kuat, tubuh akan melarutkan bengkak , dan ini merupakan kasus bengkak termudah. Jika tubuh tidak kuat, maka tubuh mengubah bengkak menjadi zat putih, nanah

dan memberikan jalan keluar bagi nanah untuk keluar dari tubuh. Jika tubuh lemah, maka bengkak akan dipenuhi nanah yang belum matang. Tubuh tidak akan mampu memberikan jalan keluar untuk membuang nanah, sehingga besar kemungkinan tumor tersebut akan merusak organ yang terserang. Dalam kasus ini, bantuan dokter diperlukan untuk menoreh ujung bengkak untuk membuang zat yang busuk.

Mengiris atau menoreh bengkak memiliki dua manfaat, yaitu membuang zat merugikan dan mencegah masuknya zat-zat yang lebih berbahaya yang dapat memperburuk penyakit agar tak terhimpun di sekeliling bengkak .

Hadits menyatakan bahwa Rasulullah s.a.w memerintahkan seorang tabib untuk menoreh bengkak pada perut seorang laki-laki yang penuh dengan nanah. Ini menunjukkan bahwa kongesti air nanah di perut dapat menimbulkan busung air. Para dokter berbeda pendapat mengenai menoreh bengkak . Sebagian dari mereka tidak membolehkannya, karena tindakan itu berbahaya. Dokter-dokter lain mengatakan bahwa tak ada obat bagi penyakit busung air kecuali menoreh. Telah dikemukakan bahwa penyakit busung air terdiri dari tiga jenis:

- Busung gendang adalah penyakit busung yang menyebabkan perut membengkak akibat akumulasi gas. Jika perut penderita dipukul-pukul, akan keluar suara mirip gendang yang dipikul.
- Busung daging adalah penyakit busung yang menyebabkan daging membengkak disertai lendir yang menyebar ke seluruh tubuh melalui darah. Jenis ini lebih parah dibandingkan jenis pertama.
- Busung botol yang menyebabkan akumulasi zat-zat toksik pada bagian dasar perut yang lebih rendah. Jika penderita bergerak, maka perutnya akan mengeluarkan bunyi seperti goyangan air dalam botol, sebagian besar dokter menganggap jenis busung ini merupakan busung terparah, sedangkan dokter lainnya menganggap busung daging merupakan busung terparah karena

mempengaruhi seluruh tubuh.

Mengobati busung botol ketiga dapat dilakukan dengan membuang akumulasi air dengan jalan menoreh seperti membuang darah yang tercemar dengan jalan menusuk pembuluh darah. Namun, prosedur ini berbahaya, meskipun hadits tersebut jika terbukti *shahih*, membolehkan torehan. *Wallahu a'lam*.

BAB 25
MENENANGKAN HATI DAN MEMBERIKAN SEMANGAT BAGI ORANG SAKIT

IBNU MAJAH dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Abu Sa'id al-Khudri ra berkata: Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika kalian mengunjungi orang sakit, ucapkanlah kata-kata yang baik kepadanya. Karena, demi Allah, meskipun hal itu tak akan mencegah keburukan apa pun, namun memberikan perasaan lega bagi hati si sakit."

Hadits ini mengandung obat yang sangat mulia, yaitu melegakan perasaan orang sakit dengan kata-kata yang baik dan dapat menambah kekuatan hati. Dengan cara ini, energi internal dapat ditingkatkan dan dapat membantu tubuh melawan penyakit, yang merupakan cara terbaik yang diinginkan oleh dokter.

Melegakan perasaan orang sakit memiliki efek yang sangat kuat terhadap pengobatan tubuh dan mengurangi efek penyakit, juga dapat memberikan kekuatan bagi hati dan jiwa orang sakit, yang selanjutnya mendorong tubuh memerangi penyakit. Banyak orang menyaksikan bahwa orang sakit merasa segar dan bertenaga jika berada di sekitar orang-orang yang disenangi dan menghargainya ketika para penjenguk mengunjunginya. Ini adalah salah satu manfaat mengunjungi orang sakit. Ada empat manfaat mengunjungi orang sakit, yakni bagi orang yang sakit, penjenguk, keluarga si sakit dan masyarakat umum.

Sebagaimana telah kami singgung sebelumnya, biasanya Rasulullah menanyakan kepada si sakit apa yang dikeluhkan dan apa yang dirasakan. Beliau juga menanyakan apa yang menjadi keinginannya dan meletakkan tangannya di dahi atau dada orang yang sakit, kemudian memohon kepada Allah bagi kebaikan si sakit dan memberikan resep obat bagi penyakitnya. Kadang Rasulullah s.a.w berwudhu lalu menuangkan air bekas wudhu kepada orang sakit. Kadang-kadang Rasulullah s.a.w mengatakan kepadanya, "Jangan khawatir. Engkau akan disembuhkan, *Insya Allah*."

BAB 26
PENGOBATAN MELALUI MAKANAN DAN OBAT YANG TAK ASING BAGI TUBUH

INI merupakan salah satu dasar terpenting bagi penyembuhan. Jika dokter tidak menggunakan obat dengan tepat, maka pasien tidak akan sembuh, tapi dirugikan. Hanya dokter bodoh yang tidak memberikan jenis pengobatan ini dan langsung menggunakan obat yang tertera dalam buku kedokteran. Orang-orang Badui tidak memanfaatkan *Le Neuver* (mirip wortel dan digunakan sebagai minuman) atau sirup mawar. Obat-obatan ini tidak memiliki efek samping apa pun dan sebagian besar obat-obatan yang tersedia di kota-kota tidak tersedia bagi mereka. Fakta ini dibuktikan melalui eksperimen.

Orang yang meneliti dengan saksama pengobatan dan obat-obatan Rasulullah akan menyadari bahwa pengobatan ini cocok dengan kebiasaan dan tempat tinggal orang sakit.

Ini merupakan dasar ilmu kedokteran, sebagaimana para ahli kesehatan terbaik menyetujuinya. Seorang dokter Arab terkenal, al-Hatrits bin Kaladah, yang oleh masyarakat dianggap sebagai Hipokrates, berkata, "Diet merupakan obat terbaik; perut merupakan sarang penyakit; berikanlah makanan dan obat yang sudah tak asing lagi bagi tubuh." Diriwayatkan bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Diet adalah obat yang paling berguna untuk menyembuhkan semua penyakit yang disebabkan oleh penuhnya perut."

Nabi s.a.w menyatakan bahwa perut adalah sarang penyakit. Perut adalah organ *nervus* melengkung yang tampak seperti labu, terdiri dari tiga lapisan yang terbentuk dari bagian-bagian sangat halus dan netral yang dinamakan serat dan dikelilingi daging. Serat dari satu lapisan tersusun secara membujur, sedangkan serat lapisan kedua horizontal dan yang ketiga miring. Ujung perut memiliki banyak urat saraf, sedangkan bagian bawahnya memiliki banyak daging dan bagian dalamnya terselubung serta tertutup bulu-bulu halus. Isi perut terletak di tengah-tengah perut, agak miring ke sisi kanan. Perut diciptakan dalam bentuk seperti itu karena suatu hikmah rahasia Sang Pencipta.

Perut merupakan sarang penyakit, tempat pencernaan pertama dan pematangan proses seluruh makanan. Setelah itu, makanan yang dicerna turun ke lever dan usus. Sebagian zat yang tidak segera dicerna tubuh secara sempurna – karena makan secara berlebihan, basi atau tidak sesuai aturan – akan tetap tinggal dalam perut dan tubuh. Itulah sebabnya perut disebut sarang penyakit. Hadits ini menegaskan pentingnya makan dengan jumlah sedikit dan mencegah hati memuaskan keinginannya dan melindungi diri dari sesuatu yang berlebihan.

Adapun kebiasaan merupakan fitrah manusia. Kebiasaan memiliki pengaruh besar terhadap seseorang dan tubuhnya sendiri. Jika kita melakukan eksperimen terhadap beberapa orang yang memiliki aspek-aspek yang sama, hasilnya akan sangat berbeda. Contohnya, saat kita melakukan eksperimen terhadap tiga pemuda yang bertemperamen panas (mudah marah). Salah seorang dari mereka terbiasa dengan makan-makanan panas, yang kedua biasa dengan makanan dingin, sedangkan yang ketiga terbiasa dengan makanan sedang. Jika pemuda pertama meminum madu, tidak akan membahayakannya. Jika orang kedua minum madu, akan berbahaya. Sedangkan orang ketiga akan sedikit terganggu jika minum madu. Karena itu, kebiasaan merupakan landasan gangguan-gangguan penyakit. Itulah sebabnya Rasulullah s.a.w mengatakan bahwa masing-masing orang seharusnya diobati sesuai dengan obat dan makanan yang sudah biasa baginya.

BAB 27
MEMBERI MAKAN ORANG SAKIT DENGAN MAKANAN YANG SUDAH BIASA BAGINYA

Dalam *Shahihain* sebuah hadits dari Urwah meriwayatkan, 'Aisyah ra berkata bahwa ketika seorang kerabatnya meninggal, para wanita berkumpul, kemudian bubar kecuali anggota keluarga dan teman-teman dekatnya. Aisyah kemudian memerintahkan agar gulai daging disiapkan. Kemudian bubur gandum dibuat dan dicampur dengan gulai daging itu. Aisyah kemudian meminta mereka untuk memakannya, lalu mengatakan bahwa ia mendengar Rasulullah s.a.w bersabda, "Bubur daging memberikan perasaan lega bagi hati orang yang sakit dan menghilangkan sebagian kesedihan."

Dalam *As-Sunan* dari hadits yang diriwayatkan oleh Aisyah, Nabi s.a.w bersabda: "Gunakanlah yang encer dan bermanfaat, yaitu bubur daging." Aisyah juga berkata, jika salah seorang anggota keluarga Nabi sakit, beliau akan memerintahkan untuk menaruh bejana bubur daging di atas api sampai si sakit sembuh atau meninggal. Lebih lanjut Aisyah berkata, "Jika Nabi s.a.w diberitahu bahwa orang yang sakit tidak diberi makan, beliau berkata, 'Buatkan bubur daging untuk dimakan si sakit.' Beliau menambahkan, 'Dengan nama Allah yang jiwaku ada di tangan-Nya, bubur daging membersihkan perutmu sebagaimana salah satu dari kalian membersihkan debu dari wajah.'"

Bubur daging adalah sejenis gulai yang kekentalannya mirip susu lemak. Makanan ini bermanfaat bagi orang sakit jika dimasak dengan baik hingga kekentalannya lembut. Bubur daging memiliki khasiat yang sama dengan sari gandum, bahkan lebih baik. Sari gandum terbuat dari perasan gandum mentah, sedangkan bubur daging terbuat dari tepung gandum yang digiling dengan dedaknya.

Telah disebutkan bahwa memberikan makanan dan obat harus sesuai dengan kebiasaan orang yang sakit. Orang biasa memakan sari gandum yang digiling tidak utuh, sehingga menjadikannya lebih bergizi, lebih berkhasiat dan lebih mampu membersihkan perut. Para dokter modern menyarankan pemrosesan dari gandum mentah, sebab lebih lembut dan tidak mengganggu pencernaan orang yang sedang sakit. Ini sesuai dengan karakter warga kota dan itulah sebabnya gandum yang digiling berat bagi perut mereka.

Sari gandum yang diproses dari gandum mentah mengalami proses pencernaan dengan cepat, bergizi, dan dapat membersihkan perut. Jika dimakan dalam keadaan panas, sari gandum merupakan pembersih, mudah dicerna dan lebih cepat membangun panas alami serta dapat melembutkan lapisan-lapisan luar lambung.

Hadits Nabi bahwa bubur daging dapat menghilangkan kesedihan berarti bahwa kesedihan mendinginkan kondisi kejiwaan dan melemahkan panas alami karena darah yang membawanya condong ke sisi hati yang merupakan tempat kesedihan. Bubur daging menguatkan panas alami tubuh seseorang dan dengan demikian akan menghilangkan kesedihan dan kedukaan.

Bubur daging melegakan hati karena makanan tersebut memiliki kualitas khusus yang melegakan dan menyenangkan hati mereka. *Wallahu a'lam.*

Juga dapat dikatakan bahwa kekuatan orang sakit melemah akibat kekeringan dalam tubuh, khususnya perut, karena jumlah makanan yang berkurang. Bubur daging melembabkan dan menguatkan perut, juga menambah gizi. Namun, orang yang sakit

mungkin mengeluhkan campuran empedu, kotoran atau nanah dalam perutnya. Bubur daging dapat melarutkan zat-zat merugikan ini atau mengencerkannya, memperbaiki kondisinya dan mengurangi sakitnya, terutama bagi orang-orang yang terbiasa memakan roti gandum kasar seperti orang-orang Madinah. Roti gandum kasar merupakan sumber tenaga utama penduduk Madinah. *Wallahu a'lam!*

BAB 28
MENGOBATI KERACUNAN

Abdul Razzaq meriwayatkan dari Ma'mar, dari Az-Zuhri, dari Abdurrahman bin Kabbin Malik bahwa sewaktu di Khaibar ada seorang Yahudi yang membawakan seekor biri-biri panggang beracun kepada Rasulullah. Rasulullah s.a.w bertanya, "Apa ini?" Wanita itu menjawab dengan penuh hati-hati agar tidak mengatakan bahwa pemberian itu merupakan sedekah sehingga Rasulullah tidak mau memakannya, "Hadiah." Rasulullah s.a.w dan para sahabatnya memakan biri-biri panggang itu. Kemudian Beliau berkata, "Berhentilah makan." Rasulullah bertanya kepada wanita itu, "Apakah engkau memberi racun pada daging ini?" Wanita itu balik bertanya, "Siapa yang mengatakannya kepadamu?" "Tulang ini." Jawab Rasulullah, maksudnya kaki biri-biri yang berada di tangannya. Wanita itu menjawab, "Ya." Rasulullah bertanya, "Mengapa?" Wanita itu menjawab, "Saya berpikir bahwa seandainya engkau seorang pembohong, maka masyarakat akan terbebas dari dirimu. Namun, jika engkau benar-benar Nabi, maka racun itu tidak akan mencelakaimu." Rasulullah s.a.w kemudian berbekam tiga kali pada bagian pundaknya dan memerintahkan para sahabat untuk melakukan hal yang sama. Namun, beberapa sahabatnya meninggal dunia.

Dalam riwayat lain, Musa bin Uqbah mengisahkan bahwa Nabi s.a.w berbekam pada pundaknya karena biri-biri beracun yang

dimakannya. Abu Hind, seorang pelayan Bani Bayadhah, menggunakan sebilah pisau untuk membekamnya. Tiga tahun kemudian, ketika menderita sakit yang membawa kematiannya, Rasulullah berkata, "Aku masih merasakan efek biri-biri beracun yang kumakan pada hari Khaibar, hingga kini, ketika saatnya urat nadi terputus (maksudnya ketika ajal mendekat)."

Karena itu Rasulullah s.a.w wafat sebagai syahid.

Racun dapat diobati dengan jalan mengeluarkannya menggunakan penangkal yang tepat (penawar racun) untuk menetralkan efeknya. Jika tidak ada obat atau penangkalnya, harus dilakukan pengeluaran racun secara menyeluruh dengan memuntahkan isi perutnya. Namun, metode paling baik untuk menghilangkan racun adalah bekam, terutama bagi yang tinggal di daerah panas dan beriklim panas. Racun menyelusup ke pembuluh-pembuluh darah menuju jantung dan bagian tubuh lainnya, membawa kematian karena darah merupakan sarana transportasi racun ke jantung dan organ-organ tubuh lainnya. Darah yang terinfeksi dikeluarkan dengan jalan berbekam sehingga tubuh akan terbebas dari racun tersebut. Juga, jika pengeluarannya sempurna, maka racun tidak akan membahayakan. Dengan demikian, tubuh akan memperoleh kekuatan yang cukup untuk memerangi energi racun atau bahkan secara sempurna menghilangkan racun tersebut.

Ketika Rasulullah berbekam, beliau melakukannya di bagian pundak yang merupakan jalur terdekat menuju jantung, dan karenanya racun terbuang melalui darah, meskipun tidak tuntas. Sebagian racun tertinggal dalam sistem tubuh Rasulullah s.a.w untuk memenuhi apa yang telah Allah putuskan bagi Rasul-Nya, yaitu menyempurnakan tangga keutamaan pada diri beliau.

Ketika Allah memutuskan bahwa sudah waktunya bagi Utusan-Nya s.a.w untuk wafat sebagai syahid, efek racun tersebut kembali muncul, sehingga keputusan Allah terpenuhi. Karena itu, firman Allah dalam makna ayat berikut menjadi jelas:

Apakah setiap kali seorang Rasul datang kepada kalian membawa apa yang kalian tidak menyukainya, lalu kalian bersikap arogan? Sebagian dari kalian mendustakannya dan sebagian lainnya membunuhnya. (QS. Al-Baqarah: 87)

Ayat ini menggunakan kata *kadzdzabtum* dalam bentuk kata lampau dan kata *taqtulun* dalam bentuk kata akan datang, yang menunjukkan suatu tindakan yang belum selesai dan dapat terus berlangsung (maksudnya orang-orang Yahudi akan terus berusaha membunuh Rasulullah). *Wallahu a'lam!*

BAB 29
MENGOBATI PENGARUH SIHIR

SEBAGIAN orang telah keliru mengingkari bahwa sihir dapat menyerang Rasulullah s.a.w. Mereka berkata bahwa hal itu tidak cocok dengan derajat dan kedudukan Beliau s.a.w. Padahal dipengaruhi sihir melukiskan sisi manusiawi Rasulullah, sebagaimana Beliau menderita berbagai penyakit lainnya. Selayaknya racun, sihir pun merupakan penyakit.

Dalam *Shahih*ain diriwayatkan bahwa Aisyah ra berkata, "Rasulullah s.a.w terkena sihir hingga Beliau mengira telah tidur bersama para istrinya, padahal sesungguhnya Beliau tidak tidur bersama mereka."

Ini adalah jenis sihir yang paling berat.

Qadhi 'Iyadh berkata, "Sihir sebagaimana penyakit lain yang diderita Rasulullah s.a.w. Fakta ini tidak mencemari kedudukan Beliau sebagai seorang Rasul. Fakta bahwa Rasulullah s.a.w membayangkan sesuatu yang tidak dilakukannya tidak mengurangi kejujurannya mengenai agama karena ada dalil yang *ijma'* menyatakan Beliau bebas dari kesalahan (*maksum*). Ilmu sihir adalah urusan dunia belaka yang tidak menjadi tujuan Beliau diutus dan diutamakan di atas umat manusia. Nabi s.a.w bisa terserang penyakit apa pun yang bisa menjangkiti orang lain. Maka, tidaklah mengherankan jika Beliau mungkin membayangkan melakukan sesuatu yang tidak dilakukannya,

dan Beliau segera sembuh."

Rasulullah s.a.w menggunakan dua cara untuk mengobati sihir. Pertama, mengambil sumber sihir dan memusnahkannya. Rasulullah s.a.w berdoa kepada Allah dan Dia menunjukkan kepada beliau sumber sihir yang tersembunyi dalam sebuah sumur. Rasulullah s.a.w mengambil sumber sihir yang terdiri dari sebuah sihir, rambut dan tampuk bunga kering lalu menjemurnya di panas matahari. Setelah membuang benda-benda ini, Beliau segera sembuh, seolah-olah Beliau memperoleh kembali seluruh tenaganya setelah sebelumnya bagai terbelenggu. Ini adalah cara terbaik menghilangkan sihir yang memindahkan materi-materi busuk dengan memuntahkannya secara sempurna.

Cara kedua adalah dengan membersihkan organ yang terjamah oleh pengaruh sihir. Sumber sihir mempengaruhi metabolisme dan mengganggu pencernaan. Menghilangkan zat busuk dari organ tertentu yang terkena sihir akan sangat berguna.

Abu Ubaid menyebutkan dalam kitabnya, *Gharibul Hadits,* yang meriwayatkan dari Abdurrahman ibnu Abi Layla: "Nabi s.a.w membekam kepalanya dengan tanduk ketika beliau disihir."

Orang-orang bodoh meragukan ini dengan alasan: Apa hubungan bekam dengan sihir? Apa hubungan penyakit ini (sihir) dengan obat itu (bekam)? Seandainya mereka tahu bahwa Hipokrates, Ibnu Sina atau yang lainnya telah mengakui pengobatan (bekam) ini, mereka tentu akan menerimanya dengan pasrah karena hal itu dikemukakan oleh orang yang ilmu dan kehebatannya tak diragukan lagi.

Harus diketahui bahwa unsur sihir bersarang di kepala Rasulullah dan mempengaruhi salah satu indranya, sehingga Beliau berhalusinasi telah melakukan sesuatu, padahal Beliau tidak melakukannya. Ini adalah efek yang ditimbulkan terhadap tubuh dan materi darah dalam tubuh sehingga metabolisme tubuh tidak berfungsi secara normal.

Sihir adalah kombinasi pengaruh roh-roh jahat dan reaksi energi alami terhadap pengaruh tersebut. Itu adalah sihir komplikatif yang

paling berat, khususnya di organ yang terjangkiti. Mengeluarkan darah dari organ yang dipengaruhi sihir merupakan terapi yang sangat manjur jika dilakukan dengan cara yang benar. Hipokrates mengatakan, "Berbekam (atau muntah) seharusnya digunakan pada bagian yang paling banyak terjangkiti dengan menggunakan cara-cara yang tepat.

Sebagian orang mengatakan bahwa ketika Rasulullah s.a.w terkena sihir Beliau membayangkan melakukan tindakan yang sebenarnya tidak Beliau lakukan. Yang pertama dipikirkan oleh Beliau adalah bahwa hal itu disebabkan karena darah yang tercemar mencapai otak dan mempengaruhi indra. Maka berbekam merupakan pengobatan terbaik dan inilah yang dilakukan Rasulullah. Ketika Allah mewahyukan kepada Beliau bahwa itu merupakan efek sihir, Beliau memohon kepada Allah untuk memperlihatkan sumber sihir. Kemudian Beliau menemukan dan membuangnya lalu Beliau sembuh. Sumber sihir hanya mempengaruhi tubuh Rasulullah, bukan akal budi atau hatinya. Karena itu Beliau tidak mempercayai halusinasinya, yakni tidur bersama istri-istrinya, sebab beliau sadar hal itu hanya khayalan belaka. Fenomena ini bisa disebabkan oleh penyakit. *Wallahu a'lam.*

Obat-obat ilahiah adalah salah satu obat terbaik untuk melawan sihir, yang merupakan kerja roh-roh jahat. Maka obat terbaik adalah obat yang dapat melawannya, seperti doa dan bacaan-bacaan tertentu dari Al-Qur'an. Makin *khusyu'* doa-doa ini dibacakan, makin mujarab. Ini mirip dengan pertarungan dua tentara bersenjata. Semakin kuat pertahanan tentara, semakin mampu melumpuhkan musuh. Tentara dengan persenjataan dan perbekalan yang lebih baik akan menang dalam peperangan. Hati yang penuhi dzikir kepada Allah, sering memohon perlindungan-Nya dan hati serta lidah sejalan dalam mengerjakan amal shaleh adalah obat terbaik untuk melawan sihir.

Sihir sangat efektif mempengaruhi orang-orang yang berhati lemah dan jiwa yang sibuk memuaskan nafsu *syahwat.* Karena itu sihir banyak mempengaruhi kaum wanita , anak-anak, orang-orang

bodoh dan orang-orang yang lemah agamanya, lemah tauhidnya, kurang bertawakal, tidak sering berdzikir dan berdoa kepada Allah. Ringkasnya, efek sihir mudah mengena pada hati yang lemah dan condong pada nafsu duniawi yang rendah.

Orang yang tersihir dapat menolong dirinya sendiri. Karena hati orang yang tersihir bergantung dan berorientasi pada suatu benda yang ia idamkan secara berlebihan sampai obyek minat ini menguasai hatinya. Roh-roh jahat hanya dapat menguasai hati yang sudah siap menjadi korban kejahatan sehingga ditaklukkan. Serangan sihir sangat efektif pada hati yang lemah, mengikuti kecenderungan sendiri sesuai dengan wataknya. *Wallahu a'lam.*

BAB 30
MUNTAH SEBAGAI OBAT

AT-TIRMIDZI memberitakan dalam *Al-Jami'* dari Ma'dan bin Abi Thalhah dari Abu ad-Darda ra berkata, "Rasulullah s.a.w pernah berwudhu setelah muntah." Saya bertemu dengan Tsauban di Masjid Damaskus dan menceritakan ini kepadanya. Ia berkata, "Benar. Saya sendiri yang menuangkan air bagi Beliau pada waktu itu." At-Tirmidzi kemudian berkomentar bahwa hadits ini sangat *shahih*.

Muntah adalah satu dari lima cara mengeluarkan zat-zat kotor dari tubuh: buang air, muntah, bekam, membuang angin dan udara serta mengeluarkan keringat. Sunnah (Rasul) telah menyebutkan kelima jenis ini.

Buang air besar telah disebutkan dalam hadits, "Pencahar merupakan obat terbaik dari obat-obatan kalian." Juga dalam hadits tentang *senna*. Hadits tentang bekam sudah disebutkan di atas, sedangkan tentang pembuangan uap tubuh akan kami jelaskan panjang lebar dalam bab ini.

Pengeluaran keringat terjadi secara alami ketika tubuh mendorong keringat ke permukaan tubuh agar keluar melalui pori-pori yang terbuka.

Muntah adalah pembuangan zat-zat kotor melalui bagian atas lambung. Suntikan biasanya melewati bagian bawah lambung dan obat-obatan biasanya melalui bagian atas dan bagian bawah lambung.

Muntah ada dua jenis, yakni muntah yang terjadi secara alami dan muntah yang terjadi karena dipaksa. Muntah alami tidak boleh ditahan kecuali bila dianggap berlebihan dan membahayakan. Jika berlebihan dan membahayakan, muntah harus dihentikan dengan cara minum obat yang dapat menghentikannya. Jenis muntah yang dipaksa berguna ketika terjadi pada saat yang tepat dan dalam kondisi yang telah disebutkan.

Ada sepuluh penyebab muntah:

1. Banyaknya empedu kuning di bagian atas perut.
2. Banyaknya lendir dalam perut yang perlu dikeluarkan.
3. Ketika tubuh tak mampu mencerna makanan secara sempurna, makanan yang tak tercerna itu dibuang melalui jalur atas (mulut).
4. Masuknya zat busuk sehingga mengganggu dan memperlemah proses pencernaan.
5. Jumlah makanan atau minuman melebihi daya tampung perut sehingga perut mendorong kelebihan tersebut keluar tubuh.
6. Makanan atau minuman tidak cocok bagi perut sehingga didorong keluar atau dibuang.
7. Adanya unsur dalam perut yang merusak makanan sehingga makanan mencari jalan keluar.
8. Rasa mual yang disebabkan semacam 'kerak' sisa makanan.
9. Adanya faktor-faktor psikologis seperti depresi, kesedihan dan kecemasan menyebabkan ketidakpedulian terhadap kebutuhan tubuh dan makanan, termasuk kebutuhan untuk mencerna makanan. Perut menolak makanan yang tidak tercerna ini. Muntah juga dapat terjadi karena goncangan dalam perut akibat tekanan psikologis sebab tubuh dan jiwa saling mempengaruhi.
10. Tersugesti karena melihat orang lain muntah sehingga menyebabkan terjadinya muntah. Fisik tanpa sadar bergerak sendiri.

Seorang dokter pernah bercerita kepada penulis. Dia punya seorang keponakan perempuan yang ahli dalam bidang *ku'hl* atau

celak (bubuk hitam yang digunakan pada mata). Ketika memakaikan ku'hl kepada seorang penderita penyakit mata, ia tertular penyakit itu. Setelah ini terjadi beberapa kali, keponakan itu menghentikan profesi ini. Kepada dokter itu saya menanyakan kondisi keponakannya. Ia mengatakan bahwa tubuh keponakannya bereaksi terhadap kondisi orang-orang yang dirawatnya. Keponakannya tertular penyakit yang sama dengan penyakit yang mereka derita. Dia mengatakan bahwa dalam kasus lain, seorang lelaki melihat temannya menggaruk bagian tubuhnya yang terkena koreng, maka ia mulai menggaruk bagian yang sama pada tubuhnya. Selanjutnya, muncul koreng pada tempat yang sama di tubuhnya.

Ini membuktikan adanya sugesti dalam diri seseorang sedemikian rupa sehingga materi pasif yang menularinya berubah menjadi aktif.

Di daerah-daerah beriklim dan bercuaca panas, komposisi makanan dalam tubuh biasanya mendesak dan tertarik ke atas tubuh (mulut). Karena itu muntah sangat bermanfaat untuk membuang zat-zat merugikan tertentu. Pada wilayah-wilayah dingin, zat-zat tersebut mengeras dan menggumpal, tidak tertarik ke atas. Maka cara yang tepat untuk membuang zat-zat merugikan ini adalah melalui buang air besar.

Menghilangkan zat-zat merugikan dilakukan dengan menariknya keluar melalui jalur terjauh atau dengan cuci perut melalui cara terdekat. Terdapat berbagai unsur berbahaya yang tidak stabil dan berusaha untuk naik atau turun. Jika unsur itu cenderung naik,maka ditarik dari bawah. Jika unsur itu cenderung turun, maka ditarik dari atas. Jika unsur itu menetap di satu tempat, harus dilakukan proses cuci perut dengan cara yang paling mudah.

Jika unsur itu mulai merusak organ-organ bagian atas, ia harus ditarik dari bawah, ketika ia merusak organ bagian bawah, ia harus ditarik dari atas. Jika unsur ini stabil, ia harus dibuang dari tempat terdekat.

Karena itu Rasulullah s.a.w kadang-kadang berbekam di pundaknya. Kadang-kadang pada kepalanya dan kadang-kadang

pada telapak kakinya.

Muntah memperkuat perut, menajamkan penglihatan, menghilangkan sakit kepala, luka pada ginjal dan kandung kemih. Muntah juga berguna melawan penyakit-penyakit menahun seperti lepra, busung air, sakit gigi, stress dan sakit kuning.

Orang sehat seharusnya mendorong terjadinya muntah sebulan dua kali berturut-turut sehingga muntahan kedua membebaskan tubuh dari zat-zat yang tertinggal setelah muntahan pertama. Muntah yang terlalu sering merusak lambung, merusak gigi, penglihatan, pendengaran dan menyebabkan sakit kepala. Orang-orang yang menderita radang tenggorokan, lemah paru-paru dan memiliki batang leher kecil dan rentan terhadap batuk darah seharusnya menghindari muntah.

Kebiasaan buruk memenuhi perut dengan makanan kemudian memuntahkannya akan mempercepat penuaan dan mengakibatkan beberapa penyakit berbahaya.

Muntah sewaktu menderita dehidrasi, usus lemah atau rusak, tubuh lemah, atau kurus sangat berbahaya. Waktu terbaik untuk muntah adalah musim panas atau musim semi, bukan musim dingin atau musim gugur. Ketika muntah orang harus memelototkan matanya dan memegangi perut erat-erat, mencuci wajah dengan air dingin ketika selesai dan minum jus apel dengan *mastic.* Air mawar sangat berguna dalam kasus ini. Muntah berfungsi membersihkan bagian atas perut atau menarik makanan dari bawah perut. Buang air besar terjadi dalam urutan kebalikan dari ini. Hipokrates berkata, "Muntah yangterjadi pada musim panas dari bagian atas melebihi muntah dengan penggunaan obat pencahar, sedangkan pada musim dingin muntah harus terjadi dari bagian bawah."

BAB 31
ANJURAN NABI UNTUK MENCARI DOKTER TERBAIK

Imam Malik meriwayatkan dalam kitabnya, *Muwatta,* bahwa Zaid bin Aslam berkata: pada masa Rasulullah s.a.w, seorang lelaki terluka dan darahnya menggumpal. Lelaki itu memanggil dua orang tabib dari Bani Anmar untuk memeriksanya. Kemudian ia mengira bahwa Rasulullah s.a.w bertanya kepada mereka, "Siapa tabib terbaik di antara kalian?" Dua orang itu berkata, "Apakah ada yang lebih baik dalam pengobatan, wahai Rasulullah?" Beliau menjawab, "Dia yang menurunkan penyakit telah menurunkan obat."

Hadits ini menunjukkan agar kaum Muslim mencari orang terbaik dalam setiap ilmu atau keterampilan karena mereka akan melakukan pekerjaan dengan lebih baik. Maka orang yang ingin mencari ilmu atau fatwa agama harus mencari ulama yang paling berilmu. Begitu pula orang yang kurang yakin tentang kiblat harus meniru orang yang lebih mengetahui arah. Atas dasar inilah Allah menciptakan hamba-hamba-Nya. Orang yang bepergian di darat atau laut harus mencari petunjuk jalan yang lebih ahli dan berilmu karena hati mereka akan lebih tenteram mengikuti tuntunan mereka. Ini sesuai dengan syariat, naluri dan nalar.

Sabda Rasulullah "Dia yang menurunkan penyakit telah menurunkan obat" seperti ini telah disebutkan dalam beberapa hadits

lain. Di antaranya, Amr bin Dinar meriwayatkan bahwa Hilal bin Yasaf berkata: Nabi s.a.w pernah mengunjungi orang sakit dan berkata, "Panggilkanlah seorang tabib." Seorang lelaki berkata, "Kenapa engkau mengatakan itu, wahai Rasulullah?" Beliau menjawab, "Ya. Sesungguhnya Allah tidak menurunkan penyakit, kecuali menurunkan obatnya."

Dalam *Shahihain* diriwayatkan oleh Abu Hurairah bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Allah tidak menurunkan penyakit kecuali Dia menurunkan obatnya."

Ada perbedaan pendapat tentang makna "menurunkan penyakit dan obat." Sebagian orang mengatakan bahwa "menurunkan obat" di sini berarti para hamba Allah diberitahu keberadaan obatnya. Rasulullah s.a.w bersabda bahwa ayat ini bersifat umum mencakup setiap penyakit dan obatnya. Memang sebagian besar orang tidak mengetahuinya.

Sebagian orang mengatakan bahwa ayat tersebut menunjukkan bahwa Allah telah menciptakan obat-obatan ini dan meletakkannya di bumi, sebagaimana dinyatakan dalam hadits yang berbunyi "Allah tidak menciptakan suatu penyakit kecuali menciptakan obatnya." Dengan demikian kata "menurunkan" lebih tepat dan spesifik daripada kata "menciptakan."

Kelompok lain mengatakan bahwa Allah menurunkan obat dengan perantaraan para malaikat yang bertanggung jawab mengatur urusan-urusan umat manusia termasuk penyakit dan obatnya. Para malaikat memang bertanggung jawab mengatur urusan dunia ini dan umat manusia sejak masih dalam rahim hingga mati. Pendapat ini lebih tepat daripada dua pendapat sebelumnya.

Yang lain mengatakan bahwa penyakit dan obat turun bersamaan dengan turunnya hujan dari langit yang menumbuhkan tanaman dan makanan, penyakit dan obat, berbagai logam bumi dari gunung-gunung. Semua yang berasal dari lembah, sungai dan buah-buahan ini termasuk dalam makna lafal umum yang sama.

Seorang penyair berkata: *"Aku memberi makan binatang itu jerami dan air dingin saja sehingga di pagi hari ia bisa mencari air sendiri pula."*

Penyair lain berkata: *"Aku telah melihat suamimu di pagi hari telah memanggul pedang dan tombak di pundaknya."*

Penyair lain berkata: *"Mereka menghaluskan alis mata dan mata mereka."*

Penafsiran ini adalah yang terbaik, *Wallahu a'lam.*

Semua itu berasal dari kebijakan Allah yang sempurna. Dia menguji hamba-hamba-Nya dengan penyakit, tetapi membantu mereka menemukan obatnya. Dia menguji para hamba-Nya dengan dosa-dosa, tetapi membantu mereka menghapus dosa-dosa ini dengan cara bertobat dengan mengerjakan amal-amal shaleh dan melalui ketabahan mereka menghadapi musibah dan cobaan. Allah menguji hamba-Nya dengan roh-roh jahat, yaitu syetan, tapi membantu mereka dengan pasukan roh-roh baik, yaitu para malaikat. Allah menguji para hamba-Nya dengan *syahwat, namun Dia membolehkan mereka memuaskan nafsu yang disalurkan dengan baik dan suci. Setiap kali Allah menguji para hamba-Nya dengan suatu hal, Dia akan membekali mereka dengan hal lain untuk menghadapi dan mengatasi ujian itu. Perbedaan di antara para hamba Allah, adalah dalam pengetahuan antisipatif mereka tentang kejadian itu dan memahami kenyataan ini. Wallahul musta'an.*

BAB 32
TANGGUNG JAWAB DOKTER KEPADA PASIENNYA ATAS KESALAHAN YANG DIPERBUATNYA

Abu Dawud, an-Nasa'i dan Ibnu Majah meriwayatkan dari hadits yang disampaikan oleh Amr bin Syuaib dari ayahnya dari kakeknya bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Barangsiapa melakukan pengobatan padahal tidak memiliki ilmunya bertanggung jawab atas hasil perbuatannya."

Ada tiga makna pada hadits ini: bahasa, agama, dan kesehatan. Dalam bahasa Arab, kata *thibb* memiliki beberapa arti. Salah satunya, *thibb* berarti perbaikan, termasuk perbaikan kondisi tubuh. Kata *thibb* juga bisa berarti sikap yang teliti dan taktis. Seorang penyair berkata:

Jika kondisi Tamim berubah secara drastis
Maka engkau ahli pengobatan harus memperbaikinya
Dengan pendapat yang jitu..

Arti lain *thibb* adalah kecerdikan. Al-Jauhari mengatakan bahwa setiap orang cerdik adalah tabib.

Alqamah berkata:

Kalau kalian menanyakan diriku tentang wanita, aku ini tabib yang ahli tentang penyakit wanita.

Kalau rambut lelaki sudah beruban atau sudah berkurang hartanya, ia tidak akan mendapat jatah lagi dari cinta wanita.

Antarah berkata:
Kalau engkau menutup hijab di hadapanku
Sesungguhnya aku ini tabib
Yang biasa menekuk lutut ksatria yang menyerah kalah.

Arti lain dari kata *thibb* adalah sihir. Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Aisyah ra berkata, "Ketika wanita Yahudi menyihir Rasulullah s.a.w, dua malaikat duduk di dekatnya, yang satu di sisi kepalanya dan yang lainnya di sebelah kakinya. Salah seorang dari mereka bertanya, 'Ada apa dengan lelaki ini (Nabi)?' Malaikat satunya berkata, 'Ia terkena sihir.' Malaikat pertama bertanya, 'Siapa yang menyihirnya?' Malaikat kedua berkata, 'Orang Yahudi.'"

Kata *thibb* kadang berarti obat itu sendiri.

Ibnu Al-Aslat berkata: Siapakah yang mau menyampaikan beritaku kepada Hassan: Apakah obatmu itu sihir atau kegilaan saja?

Persoalan agama dari hadits ini adalah tuntutan agar dokter yang kurang berpengetahuan bertanggung jawab atas kesalahan-kesalahannya. Sebab ia telah mempraktikkan suatu profesi, padahal ia tidak memenuhi syarat. Akibatnya, ia merugikan orang banyak, bahkan membahayakan mereka. Karena itu dia harus bertanggung jawab atas perbuatannya sesuai dengan *ijma'* ulama.

Al-Khattabi berkata, "Tak ada perbedaan pendapat mengenai aturan bahwa ketika seorang ahli pengobatan merawat orang sakit dan mencelakakannya, maka ia harus bertanggung jawab atas perbuatannya. Dokter yang mempraktikkan suatu pekerjaan yang bukan keahliannya, bila perbuatan mereka membawa kerugian, harus mengganti kerugian berupa denda, bukan dihukum, karena pasien telah mengizinkan dokter untuk merawatnya." Menurut sebagian besar ahli fiqih, kesalahan itu menjadi tanggung jawab walinya.

Ada lima kategori dokter dalam masalah ini: *Pertama*, dokter ahli yang menjalankan profesi sebagaimana mestinya dan bertindak dengan penuh tanggung jawab. Jika ia merawat seorang pasien, suatu perbuatan yang diperkenankan oleh hukum, kemudian dengan takdir Allah dan juga karena faktor pasien, terjadi kerusakan pada organ pasien atau kematian, maka ia tidak dapat dimintai tanggung jawab. Contohnya, khitanan bagi seorang anak dalam usia yang tepat, namun organ atau anak tersebut mengalami cedera, maka dokter tidak dapat dimintai tanggung jawab karena kesalahan ini. Juga, jika setelah proses pembedahan yang dilakukan dengan cara yang tepat, terjadi kecelakaan tertentu pada pasien, maka dokter itu tidak dapat dimintai tanggung jawab.

Contoh lain adalah orang yang harus diamputasi organ tubuhnya, lalu proses pembedahan dilakukan sesuai prosedur yang ada, namun ternyata ia meninggal. Dalam hal ini, dokter tidak dimintai tanggung jawab. Ini berlaku dalam setiap kasus di mana pelaku tidak melakukan perbuatan semena-mena hingga menyebabkan kecelakaan. Tak ubahnya seperti pelaksanaan *hudud* menurut kesepakatan ulama atau pelaksanaan *qishash* menurut *jumhur* ulama. Berbeda dengan pendapat Abu Hanifah yang tetap mewajibkan pertanggungjawaban. Demikian juga kasus hakim yang memberi hukuman *ta'zir* terhadap pelaku kriminal, suami yang memukul istrinya, seorang guru yang memukul muridnya yang masih kecil dan seorang penyewa binatang tunggangan yang memukul tunggangannya. Berbeda dengan pendapat Imam Abu Hanifah dan Asy-Syafii yang tetap mewajibkan pertanggungjawaban dalam perkara ini, Imam Syafii mengecualikan orang yang memukul tunggangan sewaannya.

Kaidahnya, baik yang telah menjadi *ijma'* ulama maupun yang masih diperdebatkan, ialah bahwa kecelakaan akibat tindakan kriminal jelas ada pertanggungjawabannya. Namun tidak ada tanggung jawab dalam hal praktik suatu profesi. Di antara dua hal itu ada perbedaan pendapat. Abu Hanifah mewajibkan adanya pertanggungjawaban

secara mutlak, sementara Ahmad dan Malik menganggap tidak ada pertanggungjawaban. Imam Syafii memberi rincian. Jika kecelakaan itu dapat diukur kadarnya, maka tidak perlu pertanggungjawaban. Namun, jika tidak dapat diukur, harus ada pertanggungjawaban. Abu Hanifah beralasan bahwa adanya ijin untuk melakukan suatu perbuatan adalah karena adanya jaminan akan keselamatan. Imam Ahmad dan Imam Malik berpendapat bahwa ijin itu sendiri sudah menggugurkan jaminan. Asy-Syafii berpandangan bahwa kecelakaan yang bisa diukur tidak dapat dikurangi lagi, ibarat sebuah dalil yang tegas. Adapun yang tidak terukur seperti hukuman *ta'zir* dan *ta'dil*, semuanya adalah masalah *ijtihadiyah*. Jadi, jika ada kecelakaan harus ada pertanggungjawaban, sama halnya dengan tindakan seorang musuh.

Kategori kedua adalah dokter bodoh yang menyebabkan kematian. Jika pasien sudah mengetahui dokter itu bodoh tetapi ia tetap mengizinkan dokter tersebut merawat dirinya, maka dokter itu tidak dikenai tanggung jawab. Aturan ini tidak bertentangan dengan hadits di atas. Karena konteks umum hadits tersebut menunjukkan bahwa penyembuh telah menipu pasien dan memberikan gambaran seolah-olah mereka adalah dokter ahli. Jika pasien yakin bahwa dokter ini ahli dan dengan demikian mengizinkan untuk melakukan operasi, maka dokter itu harus bertanggung jawab atas perbuatannya. Begitu pula, dokter harus bertanggung jawab atas perbuatannya jika resep yang diberikannya menimbulkan kematian. Hadits yang menerangkan mengenai masalah ini sudah cukup jelas

Kategori ketiga adalah dokter ahli yang memiliki izin untuk mengoperasi seseorang dan ketika menjalankan tugas ini dia melakukan kesalahan sehingga menyebabkan kerusakan pada organ yang sehat (bukan organ yang ia operasi), sebagaimana kesalahan juru khitan yang mempengaruhi kelenjar kelamin. Ia harus bertanggung jawab kepada pasien atas kesalahan ini. Jika dia dikenai denda lebih dari sepertiga hartanya atau lebih, maka menjadi tanggungan walinya. Jika ia tidak mempunyai wali, pertanyaan yang muncul adalah apakah

orang ini membayar denda dari *Baitul Mal*? Ada dua pendapat dari Imam Ahmad dalam masalah ini. Jika dokter itu bukan Muslim yang hidup di negara Islam, denda dibayar dari uangnya sendiri dan jika dokter itu seorang Muslim, maka ada dua pendapat sebagaimana kita sebutkan terlebih dahulu.

Kalau tidak ada dari *Baitul Mal* atau ada kesulitan untuk membawa uang kontan dari *Baitul Mal,* apakah denda itu gugur? Atau harus diambil dari pihak yang bersalah? Ada dua pendapat dalam hal ini, tapi yang lebih *masyhur* adalah bahwa kewajiban itu gugur.

Yang keempat adalah dokter ahli dan kompeten yang memberikan resep obat yang salah sehingga menyebabkan kematian pasien. Ada dua pendapat tentang masalah ini. Menurut pendapat pertama, denda diambil dari harta kekayaan kaum Muslim (*Baitul Mal*), sedangkan pendapat kedua menghendaki denda dari wali sang dokter. Kedua pendapat ini juga ditegaskan oleh Imam Ahmad berkenaan dengan kesalahan pimpinan dan gubernur.

Yang kelima adalah dokter ahli dan kompeten yang mengamputasi suatu organ pasien, seorang anak atau orang gila tanpa izin pasien atau walinya. Kategori ini termasuk orang yang mengkhitani anak lelaki tanpa izin orangtuanya atau walinya sehingga organ itu cedera. Sebagian orang mengatakan, dokter itu harus bertanggung jawab sebab ia tidak diberi izin untuk melakukan operasi. Namun, jika wali keluarga atau orangtua pasien mengizinkan dokter melakukan operasi, maka dokter itu tidak perlu bertanggung jawab. Sebab ia mempunyai niat berbuat baik dan karenanya tidak dapat disalahkan. Namun, jika dia melakukan kesalahan, wali tidak dapat menghapuskan tanggung jawab dokter, tapi jika dia tidak melakukan kesalahan, dia tidak dapat dimintai tanggung jawab.

Jika ada yang mengatakan: Dokter melakukan kesalahan jika dia tidak diizinkan melakukan operasi tapi dianggap tidak melakukan kesalahan jika dia punya izin untuk melakukan operasi.

Saya tegaskan: Kesalahan atau bukan tergantung pada bentuk perbuatannya dan dalam hal ini izin tidak ada pengaruhnya. Masalah ini masih menjadi perdebatan.

Dokter adalah orang yang merawat dan memberikan resep obat. Dia disebut *kuhhal* (spesialis mata) jika dia ahli menggunakan *kuhl* (celak mata). Jika ia ahli dalam pembedahan disebut *jara'ihi* (ahli bedah). Jika ia ahli menyunat disebut *khatin* (juru khitan). Jika ia mahir mengeluarkan darah dari hidung dan sejenisnya disebut *fashid*. Ahli bekam disebut *hajjam*. Ahli balut-membalut, menjahit luka dan menyambung bagian tubuh yang robek disebut *mujabbir*. Ahli pengobatan dengan besi panas disebut *kawwa*. Penamaan tabib (dokter) ini berlaku terlepas apakah yang diobati binatang atau manusia.

Dokter yang ahli harus menempuh 20 langkah:

1. Memeriksa jenis atau kategori penyakit.
2. Mencari sebab penyakit dan asalnya.
3. Memeriksa stamina pasien, apakah tubuhnya mampu menangkis penyakit atau lebih lemah dibandingkan dengan penyakit. Jika pasien cukup kuat untuk melawan penyakit, maka dokter akan membiarkan obat bekerja secara lunak, tidak perlu mengaktifkannya.
4. Memeriksa metabolisme pasien, bagaimana kondisinya?
5. Meneliti metabolisme pasien yang tidak normal.
6. Meneliti usia pasien.
7. Meneliti kebiasaan pasien.
8. Memperhatikan pengaruh musim dan menentukan obat apa yang cocok pada musim tersebut.
9. Mempertimbangkan daerah tempat asal pasien.
10. Mempertimbangkan kondisi cuaca pada saat penyakit muncul.
11. Mencermati obat yang digunakan melawan penyakit.
12. Meneliti kemanjuran obat dan dosis yang benar serta keseimbangan antara obat dan stamina pasien.

13. Seorang dokter tidak cukup hanya menyembuhkan penyakit, namun juga mencegah terjadinya penyakit yang lebih serius. Jika penyembuhan penyakit tertentu tidak bisa menghindarkan penyakit yang lebih serius, maka dokter membiarkan penyakit itu tetap ada dan berusaha meringankan penyakit itu. Misalnya, penyakit mulut pembuluh darah. Jika diobati dengan memotong atau menyumbatnya, mungkin menimbulkan penyakit lain yang lebih parah.
14. Merawat dengan metode yang paling sederhana. Seorang dokter tidak boleh memberikan obat kecuali jika makanan sehat tidak dapat menyembuhkan. Juga, seorang dokter tidak boleh memberikan resep obat-obatan ramuan jika obat tunggal sudah dapat mengobati. Dokter lebih suka meresepkan makanan sehat daripada obat dan lebih menyukai obat-obatan sederhana (tunggal) dibandingkan dengan obat-obatan ramuan.
15. Dokter meneliti apakah penyakit dapat diobati atau tidak. Jika tak mampu diobati, maka ia tidak boleh memberikan obat yang tak berguna. Jika penyakit dapat disembuhkan, ia harus memeriksa apakah dapat dihilangkan seratus persen atau tidak. Jika tak dapat disembuhkan seratus persen, harus dikurangi intensitasnya. Dokter harus menggunakan obat untuk menambah stamina tubuh dan mengurangi reaksi penyakit.
16. Dokter tidak boleh membuang zat-zat busuk sebelum zat-zat itu stabil dan matang.
17. Dokter harus punya pengalaman tentang penyakit hati dan jiwa serta terapinya. Ini merupakan aspek dasar ilmu kedokteran, karena tubuh dan alam bereaksi terhadap hati dan jiwa. Jika seorang dokter juga menguasai penyakit hati, maka ia akan menjadi dokter yang sempurna. Dokter yang tidak memiliki wawasan tentang penyakit hati, meskipun ia punya keahlian tentang penyakit jasmani, ia hanya setengah dokter. Bukan

seorang dokter sejati jika ia tidak memeriksa hati pasien dan tidak memberikan semangat kepada pasiennya untuk memperkuat jiwa dan tubuhnya dengan melaksanakan amalan-amalan shaleh dan kebajikan seperti bersedekah dan mendekatkan diri kepada Allah dan ingat akhirat. Ia adalah dokter gadungan. Pasien perlu dianjurkan untuk melakukan amalan shaleh, sedekah, dzikir kepada Allah, berdoa kepada-Nya, tunduk kepada-Nya dan bertobat kepada-Nya. Semua ini memiliki pengaruh besar untuk menyembuhkan penyakit, melebihi obat-obatan biasa, asalkan pasien yakin pada obat-obatan ilahiah tersebut.

18. Lemah lembut dan santun menghadapi pasien, sebagaimana sikap terhadap seorang anak kecil.
19. Menggunakan semua jenis obat-obatan alami dan obat-obatan spiritual di samping sugesti. Seorang dokter yang handal akan menggunakan setiap pengobatan untuk menghilangkan penyakit.
20. Seorang dokter harus mendasarkan pengobatannya pada enam hal: Memelihara kesehatan yang ada, mengembalikan kesehatan yang hilang, mengobati penyakit dan mengurangi intensitas penyakit, menolerir keburukan yang lebih kecil untuk menangani keburukan yang lebih besar, mengabaikan kebaikan yang lebih kecil untuk meraih kebaikan yang lebih besar. Ilmu kedokteran bertumpu pada enam landasan ini. Dokter yang tidak menyandarkan dirinya pada enam prinsip di atas bukanlah seorang dokter. *Wallahu a'lam.*

Penyakit melewati empat tahapan keadaan: tahap permulaan, tahap peningkatan, tahap parah, dan tahap berangsur hilang/akhir penyakit. Dokter harus memeriksa masing-masing tahapan ini dengan hati-hati untuk menanganinya secara tepat. Misalnya, pada tahap permulaan (gejala), jika dokter merasa perlu mengaduk unsur-unsur sisa makanan untuk memicu pengeluaran zat-zat berbahaya setelah zat-zat itu sudah matang, maka ia harus melakukannya. Jika pengeluaran

unsur-unsur berbahaya tidak mungkin dilakukan pada tahap permulaan penyakit karena tubuh pasien lemah atau karena cuaca dingin, atau karena kesalahan, maka ia tidak boleh mengeluarkan zat-zat berbahaya itu. Jika dokter mengabaikan peringatan ini,maka tubuh pasien akan sibuk mengunyah obat dan tidak akan berkonsentrasi untuk melawan penyakit secara optimal. Ini ibarat mengalihkan perhatian seorang prajurit yang sedang sibuk melawan musuh dengan masalah lain. Pada tahap permulaan ini seorang dokter harus terpusat untuk menjaga stamina tubuh pasien semaksimal mungkin.

Jika penyakit sudah tidak bereaksi untuk sementara, dokter harus mengeluarkan unsur-unsur busuk (cuci perut) dan menangani penyebab-penyebab penyakit. Tindakan ini lebih baik dilakukan ketika penyakit mulai menurun sebagaimana saat kekuatan musuh melemah dan amunisinya habis, maka akan lebih mudah mengalahkannya. Jika musuh berusaha mundur, kita akan mudah menangkapnya. Kekuatan penyakit mencapai puncak pada permulaan serangan. Pengobatan pasien harus mengimbangi ini.

Seorang dokter yang terampil akan menggunakan pengobatan dimulai dari yang termudah, dari obat dosis rendah ke obatan-obatan dosis tinggi. Kecuali jika ia khawatir stamina tubuh akan merosot jika sejak awal tidak menggunakan obat dosis tinggi. Dokter juga akan menggunakan obat-obatan yang beragam sehingga tubuh tidak kebal terhadap obat tertentu sehingga obat kehilangan kemanjurannya. Seorang dokter pertama-tama harus mempertimbangkan pemberian makanan sehat sebelum melakukan pengobatan. Jika dokter tidak yakin terhadap sifat penyakit, apakah panas atau dingin, dia tidak akan melakukan pengobatan yang menimbulkan efek yang tak pasti.

Ketika komplikasi menyerang tubuh, dokter harus mencermati tiga kriteria dalam mengobati penyakit. Tiga kriteria tersebut adalah:

1. Jika kesembuhan salah satu penyakit bergantung pada penyakit lain, misalnya bengkak dan borok, ia mulai dengan mengobati bengkak terlebih dulu.

2. Jika salah satu penyakit menyebabkan penyakit lain, misalnya penyumbatan rongga hidung, flu dan demam, dokter memulai dengan menghilangkan penyebab itu.
3. Jika satu penyakit lebih penting dibanding penyakit lainnya, misalnya penyakit biasa dengan penyakit menahun, dokter harus memulai dengan penyakit yang biasa tanpa mengabaikan penyakit menahun.

Jika suatu penyakit dan suatu gejala terjadi bersamaan, seorang dokter memulai dengan penyakit (bukan gejala penyakit), kecuali kalau kondisi gejala penyakitnya lebih ganas, seperti dalam kasus influenza. Dokter pertama-tama mengobati rasa sakit, selanjutnya mengobati penyumbatan rongga hidung. Jika dokter dapat menggantikan cuci perut dengan muntah, puasa dan tidur, maka ia harus menyarankan pasien untuk melakukannya. Karena kesehatan tubuh harus diperhatikan dengan cara sepadan atau setidaknya dengan yang seimbang.

BAB 33
PENCEGAHAN PENYAKIT MENULAR DAN ANJURAN AGAR ORANG SEHAT MENGHINDARI ORANG SAKIT

Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Jabir bin Abdullah berkata: Di antara delegasi Taqif terdapat seorang lelaki yang menderita lepra. Lalu, Rasulullah s.a.w menemuinya dan mengatakan, "Pulanglah, karena kami telah menerima *bai'at*-mu."

Bukhari meriwayatkan dalam *Shahih*-nya dari hadits Abu Hurairah bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Jauhilah orang yang terkena lepra. Seperti kamu menjauhi singa."

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan hadits Ibnu Abbas bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Janganlah kalian terlalu lama memandang orang yang terkena lepra." Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Beliau bersabda, "Janganlah orang sakit ikut makan bersama orang sehat."

Diriwayatkan juga dari Rasulullah s.a.w bahwa Beliau bersabda, "Berbicaralah dengan orang yang terkena lepra dengan jarak antara engkau dan dia kira-kira satu atau dua tombak."

Lepra adalah penyakit berbahaya yang disebabkan oleh menyebarnya virus hitam di seluruh tubuh yang merusak sistem metabolisme organ-organ tubuh. Lepra dapat merusak ruas dan ujung organ-organ ini hingga organ-organ itu rontok dan hancur. Lepra juga disebut penyakit singa karena tiga alasan: *Pertama,* penyakit ini sering

menyerang singa. *Kedua,* lepra menyebabkan wajah memerah seperti wajah singa. *Ketiga*, lepra memangsa korbannya sebagaimana singa melahap mangsanya

Bagi dokter, lepra adalah penyakit menular. Orang-orang yang mendekati penderitanya akan terganggu oleh bau busuknya, sebagaimana TBC dapat menular hanya karena baunya saja.

Rasulullah yang penuh kasih sayang kepada umatnya melarang umatnya mendekati sesuatu yang dapat membahayakan tubuh dan hati. Tubuh mudah terjangkit penyakit ini dan mudah terpengaruh lingkungan sekitar. Ketakutan dan kekhawatiran seseorang terhadap penyakit justru dapat membantu penyakit itu menyerang tubuh, sebab kekhawatiran menyiapkan organ-organ tubuh untuk menerima penyakit itu. Bau yang dikeluarkan oleh organ-organ yang terserang penyakit bisa tercium oleh orang sehat dan pada gilirannya orang sehat itu akan terkena penyakit yang sama karena bau adalah sumber penularan. Meskipun demikian, nyata bahwa tubuh siap menerima penyakit ini. Nabi s.a.w pernah menikahi seorang wanita, tapi ketika Beliau melihat bercak putih di tubuhnya Beliau bersabda, "Pulanglah pada keluargamu." Sebagian orang menyatakan bahwa semua hadits ini tertolak oleh beberapa hadits lain yang menggugurkannya. Sebagian dari hadits-hadits itu diriwayatkan oleh Al-Tirmidzi dari Abdullah bin Amir: Nabi s.a.w memegang tangan penderita lepra, memasukkan ke dalam mangkuk makanan dan berkata, "Makanlah dengan nama Allah dan yakinlah serta tawakallah pada-Nya." Hadits ini juga diriwayatkan oleh Ibnu Majah dari Jabir bin Abdullah. Mereka memberikan sebagai bukti hadits dalam *Shahih* Abu Hurairah bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Tak ada penyakit menular, tak ada ramalan."

Kami menyatakan bahwa tak ada kontradiksi antara hadits-hadits *shahih* ini. Jika ada kontradiksi, maka salah satu dari hadits-hadits itu mungkin bukan hadits *shahih*. Kadangkala para perawi hadits melakukan kekeliruan meskipun mereka orang-orang jujur. Atau salah satu dari dua hadits yang kontradiktif itu menghapuskan hukum pada

hadits lainnya. Jika perbedaan sebatas pada pemahaman pendengar, bukan pada substansi kata-kata Nabi, pasti ada salah satu dari tiga kemungkinan itu. Tak pernah ada dua hadits yang saling bertentangan, sementara tidak ada yang me-*mansukh* yang lain. Allah melarang utusan-Nya yang jujur membuat pernyataan yang bertentangan. Kesalahan mungkin muncul dari para perawi hadits, akibat kelemahan dalam memahami makna sesungguhnya dari beberapa hadits atau akibat ketidakmampuan membedakan hadits *shahih* dengan hadits palsu.

Ibnu Qutaibah mengatakan dalam kitabnya, *Ikhtilaf al-Hadits* (Perselisihan Hadits), yang membahas musuh-musuh dan ahli hadits. Mereka mengatakan, "Ada dua hadits yang bertentangan dari Rasalullah. Kalian meriwayatkan dari Nabi bahwa Beliau bersabda: 'Tak ada penyakit menular, tak ada ramalan.' Dan bahwa Rasulullah s.a.w diberitahu, 'Kudis basah menyerang bibir unta dan selanjutnya unta-unta terkena lepra,' lalu Beliau bersabda, 'Siapa yang menularkan penyakit kepada unta pertama?' Kalian juga meriwayatkan bahwa seorang penderita lepra datang untuk memberikan *bai'at*-nya kepada Rasulullah s.a.w dan Beliau mengatakan bahwa *bai'at*-nya diterima, memerintahkan untuk pulang tanpa menemuinya, Beliau bersabda, 'Ramalan ada dalam tiga hal: wanita, hewan, dan rumah.' Mereka mengatakan ini saling bertentangan."

Abu Muhammad, (Ibnu Qutaibah) berkata, "Kami katakan bahwa tak ada kontradiksi. Masing-masing pernyataan memiliki signifikansi pada waktunya sendiri. Jika hadits digunakan dalam waktu yang tepat, maka kontradiksi tidak akan terjadi. Ada dua jenis penularan:

1. Penularan penyakit lepra; ketika bau busuk penderita lepra tercium oleh orang-orang yang berdekatan dengan penderita lepra untuk waktu yang lama, maka mereka akan tertular penyakit yang sama. Demikian pula wanita yang berhubungan seks dengannya akan tertular penyakit tersebut. Anak-anak penderita lepra juga akan tertular penyakit tersebut ketika mereka dewasa. Kasus ini berlaku juga untuk penderita TBC, demam

yang terjadi terus menerus (hectic fever) dan kudis. Para dokter memerintahkan agar penderita TBC dan lepra dihindari karena bau menyengat yang keluar dari penderita akan menulari orang-orang sehat yang bergaul dalam waktu yang lama. Para dokter tidak akan mempercayai nasib sial atau peruntungan. Jika unta yang sakit kurap bercampur dengan unta lain yang sehat, bersentuhan atau mendekam di tempat yang sama, infeksinya akan menular melalui air dari luka-luka yang terbuka atau lendir yang diproduksi unta. Itulah maksud hadits Rasulullah s.a.w yang berbunyi, 'Orang yang sakit seharusnya tidak makan bersama orang yang sehat.'

Rasululah s.a.w tidak suka orang yang sakit bergaul dengan orang yang sehat agar orang yang sehat tidak tertular penyakit melalui sentuhan atau cairan .

2. Penularan kedua adalah Pes yang muncul di suatu negeri sehingga orang berusaha keluar dari negeri itu karena takut tertular penyakit. Rasulullah s.a.w bersabda, 'Jika wabah Pes muncul di negeri tempat kalian bermukim, jangan meninggalkan negeri itu. Jika wabah muncul di suatu negeri (lain), janganlah memasukinya.' Pesan dari hadits ini ialah jangan pergi seolah-olah Anda berpikir bahwa melarikan diri dapat menghindari takdir Allah, sedangkan Rasulullah s.a.w melarang orang banyak memasuki negeri yang terkena wabah, karena tetap tinggal di negeri yang sehat mendatangkan ketenangan jiwa dan lebih baik dalam kehidupan mereka. Karena itu seorang suami yang menderita kemalangan karena istri atau rumahnya kadang berkata: kesialannya menular pada diriku. Inilah pengertian dari sabda Rasulullah s.a.w, "Tak ada penyakit menular ......"

Sebagian orang mengatakan: "Nabi menyuruh kita menjauhi penderita lepra" adalah anjuran belaka. Nabi makan bersama penderita lepra untuk menunjukkan bahwa ini tidak dilarang. Sebagian orang

mengatakan bahwa hadits tersebut mengandung perintah-perintah spesifik untuk golongan manusia yang berbeda. Misalnya, sebagian orang yang memiliki sikap tawakal yang kuat dapat menyelamatkan mereka dari penyakit menular sebagaimana kekuatan alami tubuh dapat menolak bahaya penyakit. Sebagian besar orang tidak memiliki keimanan yang kuat, maka Nabi s.a.w memerintahkan mereka untuk berhati-hati. Nabi s.a.w melakukan kedua hal itu sehingga orang yang kuat dapat meniru perbuatannya dengan bekal tawakal kepada Allah, sedangkan orang yang lemah iman juga dapat meniru Nabi s.a.w (ketika beliau menghindari orang yang berpenyakit lepra, misalnya) untuk bersikap hati-hati. Kedua cara ini benar, yang satu berlaku untuk orang yang kuat imannya, sedangkan yang lainnya untuk orang yang lemah imannya. Dengan demikian kedua kelompok itu memiliki cara sendiri yang sesuai dengan kondisi mereka sendiri. Rasulullah s.a.w pernah menggunakan besi panas untuk pengobatan. Namun beliau memuji orang yang tidak menggunakan terapi besi panas. Beliau menganjurkannya untuk menggunakan amalan-amalan yang baik, yakni menjauhkan diri dari ramalan dan hanya tawakal kepada Allah. Banyak contoh yang serupa dengan masalah ini. Metode Rasulullah sangat baik dan orang yang dapat memahaminya dengan tepat dapat terbebas dari kecurigaan bahwa ada hadits *shahih* yang saling bertentangan.

Sebagian orang meyakini bahwa perintah untuk menghindari penderita lepra dapat mencegah perpindahan penyakit melalui pergaulan dengan orang sakit, melalui bau busuk atau sentuhan jika pergaulan berlangsung lama. Makan bersama penderita untuk suatu kebutuhan mendesak tak berbahaya jika hanya berlangsung singkat karena penularan tidak terjadi seketika. Rasulullah s.a.w melarang mendekati orang-orang sakit untuk menjaga kesehatan dan membolehkan bergaul dan berkumpul sebentar yang tidak akan membahayakan untuk suatu keperluan. Karena itu, tidak ada kontradiksi dalam hal itu.

Kelompok lain mengatakan: Mungkin makan bersama seseorang yang menderita lepra ringan tidak akan menularkan penyakit. Ada beberapa jenis lepra yang berbeda keparahan dan tingkat penularannya. Bergaul dengan penderita lepra ringan, yang tidak berkesinambungan, tak akan tertular. Penyakit yang tak berkembang dalam tubuh orang sakit tidak akan mampu menyerang tubuh orang lain.

Kelompok lain mengatakan bahwa orang-orang *jahiliyah* percaya bahwa penyakit-penyakit wabah menular karena sifatnya sendiri, tanpa kekuasaan dan kehendak Allah. Rasulullah meruntuhkan kepercayaan mereka dan makan bersama penderita lepra untuk membuktikan bahwa Allah adalah satu-satunya yang menyebabkan penyakit dan menyembuhkannya. Rasulullah juga melarang kaum Muslim untuk bergaul dengan orang sakit untuk mengajarkan mereka bahwa penyebab penyakit secara total dikontrol oleh Allah. Jika Allah berkehendak, penyebab ini tidak akan memiliki kekuatan apa pun. Jika Allah berkehendak, penyebab ini dapat menyebabkan bahaya.

Sebagian orang mengatakan sebagian hadits ini mungkin ter-*mansukh*-kan oleh atau me-*mansukh*-kan hadits-hadits lain.

BAB 34
LARANGAN BEROBAT DENGAN SESUATU YANG HARAM

ABU DAWUD meriwayatkan dalam *Sunan*-nya dari Abu Darda ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Sesungguhnya Allah menurunkan penyakit dan obat bagi setiap penyakit dan menjadikan obat bagi setiap penyakit. Maka berobatlah, tapi jangan gunakan yang haram."

Bukhari juga meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Ibnu Mas'ud ra berkata, "Sesungguhnya Allah tidak menjadikan kesembuhan kalian pada sesuatu yang diharamkan bagi kalian."

Dalam *Sunan* diriwayatkan bahwa Abu Hurairah ra berkata, "Rasulullah s.a.w telah mengharamkan penggunaan obat yang kotor."

Imam Muslim dalam *Shahih*-nya juga meriwayatkan bahwa Tariq bin Suwaid al-Ja'fi bertanya kepada Rasulullah s.a.w tentang minuman keras. Rasulullah mengharamkan atau membenci orang yang membuat minuman keras. Tariq berkata, "Saya membuat arak untuk pengobatan." Beliau s.a.w bersabda, "Sesungguhnya minuman keras bukanlah obat, tetapi penyakit."

Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Tariq bin Suwaid al-Hadrami berkata, "Wahai Rasulullah, terdapat tanaman anggur di negeri kami yang kami peras (menjadi minuman keras) dan kami meminumnya." Rasulullah berkata, "Jangan melakukannya!" Lalu aku kembali kepadanya dan berkata, 'Kami menggunakannya untuk

pengobatan.' Beliau bersabda, 'Sesungguhnya *khamr* itu bukan obat, tetapi penyakit.'"

An-Nasa'i meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa seorang dokter menggunakan katak sebagai campuran obat dan Rasulullah s.a.w melarangnya membunuh katak tersebut.

Nabi bersabda, "Barangsiapa menggunakan minuman keras untuk berobat maka Allah tidak akan memberinya kesembuhan."

Menggunakan sesuatu yang haram untuk pengobatan merupakan perbuatan jahat, baik menurut agama maupun akal pikiran

Berkenaan dengan akal pikiran, Allah mengharamkan minuman keras karena zat itu tidak suci. Allah tidak pernah mengharamkan yang baik-baik bagi kaum Muslim, sebagaimana yang Dia putuskan terhadap Bani Israil:

> *Karena kezaliman orang-orang Yahudi, Kami haramkan atas mereka makanan-makanan tertentu yang baik yang pernah dihalalkan bagi mereka, dan karena sikap mereka yang banyak merintangi manusia di jalan Allah. (QS. An-Nisa: 160)*

Allah hanya melarang bagi kaum ini sesuatu yang di dalamnya terkandung bahaya. Ini bertujuan untuk menyelamatkan hamba-hamba-Nya dari bahaya. Maka tidak sepantasnya seorang hamba menggunakan zat-zat berbahaya untuk pengobatan. Bahkan, seandainya memiliki khasiat terhadap penyakit, zat-zat semacam itu, karena *mudharat*-nya pasti menimbulkan penyakit yang lebih serius di dalam hati. Dengan demikian, orang sakit yang menggunakan sesuatu yang haram untuk pengobatannya telah mengganti penyakit fisik dengan penyakit yang lebih serius di dalam hatinya.

Sesuatu yang dilarang Allah adalah penyakit, karena itu tidak boleh digunakan sebagai obat

Hal-hal yang haram mengotori hati dan jiwa karena semua zat yang dikonsumsi akan mempengaruhi tubuh. Jika zat menyebabkan hasil buruk di dalam tubuh, maka tubuh akan memperoleh temperamen

buruk. Bagaimana jika obat itu merusak? Inilah sebabnya Allah melarang makanan, minuman dan pakaian yang haram karena efek buruk yang dimilikinya akan mempengaruhi jiwa.

Memperbolehkan penggunaan obat-obatan haram, kelak dapat mendorong penggunaan bahan-bahan tersebut untuk memuaskan hawa nafsu, terutama jika hati meyakini bahan-bahan tersebut dapat menyembuhkan penyakit jasmani. Akibatnya bahan-bahan tersebut lebih diminati dan disukai. Agama melarang penggunaan obat-obatan haram. Memang ada kontradiksi karena di satu sisi agama melarang penggunaan obat-obatan haram sedangkan di sisi lain bahan itu dapat dipakai untuk keperluan lain.

Obat-obatan haram mengandung lebih banyak penyakit dibandingkan dengan penyakit yang akan dihilangkan. Contohnya, biang dari segala kejahatan, yakni minuman keras, yang tidak diciptakan oleh Allah sebagai obat, menurut beberapa dokter dan para ulama fiqih serta ahli kalam sangat berbahaya bagi otak yang merupakan pusat pikiran manusia. Hipokrates, ketika membahas penyakit-penyakit ganas, mengatakan, "Minuman keras memiliki pengaruh sangat merugikan terhadap otak, sebab zat itu naik ke otak dengan cepat, mengarah pada munculnya tumor di dalam tubuh. Karena itu, minuman keras membahayakan otak." Pengarang *al-Kamil* juga berkata, "Minuman keras membahayakan otak dan saraf."

Selain minuman keras, ada dua jenis obat-obatan haram. *Pertama,* obat yang tidak disukai jiwa seperti daging ular, racun dan makanan menjijikkan lainnya. Bahan-bahan tersebut keras bagi jantung dan perut sehingga akan menjadi penyakit. *Kedua,* obat-obatan yang disukai oleh jiwa seseorang seperti minuman yang sering dikonsumsi wanita hamil. Bahan-bahan tersebut mengandung lebih banyak *mudharat* dibanding manfaatnya. Akal pikiran menolak penggunaan barang seperti itu.

Ada hikmah lain di balik larangan menggunakan obat-obatan haram sebagai obat, yaitu keyakinan terhadap manfaat dan

kesembuhan yang Allah letakkan di dalam obat. Bahan apa pun yang bermanfaat memiliki berkah. Makin banyak mengandung manfaat, makin besar berkahnya. Apa yang dianggap paling berkah adalah apa yang paling banyak manfaatnya. Seorang muslim percaya bahwa apa yang diharamkan Allah tidak bermanfaat dan tidak memiliki berkah. Karena itu ia tidak akan memiliki pandangan yang baik terhadap bahan haram dan tubuhnya tidak akan menerima barang haram itu. Semakin kuat keimanan seorang hamba, semakin membenci barang haram. Jika ia menggunakannya, berarti ia mengonsumsi penyakit, bukan obat. Sebaliknya, jika ia percaya barang itu halal, maka kebenciannya kepada barang itu berkurang. Karena itu, orang beriman tidak akan menerima barang haram dan akan menganggap barang itu sebagai penyakit. Jika tidak, ia akan bertentangan dengan keimanannya. *Wallahu a'lam.*

BAB 35
MENGOBATI DAN MENGHILANGKAN KUTU DI KEPALA

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Ka'b bin 'Uzjah berkata: "Kepalaku berkutu dan ketika menghadap Rasulullah s.a.w kutu-kutu itu bertebaran ke wajahku. Rasulullah s.a.w bersabda, 'Aku tidak mengira penderitaanmu sudah mencapai kondisi seperti yang aku lihat." Dalam riwayat lain disebutkan, Rasulullah s.a.w kemudian memerintahkan Ka'b menggunduli kepalanya lalu berpuasa tiga hari, memberi makan enam orang miskin atau menyembelih seekor domba sebagai kurban.

Kutu muncul di kepala dan tubuh karena dua sebab, dari luar dan dari dalam. Faktor luar terjadi karena kebersihan yang tidak terjaga dan zat-zat kotor yang mendekam di kulit kepala, sedangkan faktor dalam disebabkan adanya zat-zat busuk dan bau yang dikeluarkan tubuh melalui kulit. Karena kelembaban dalam pori-pori kulit, zat-zat itu membusuk. Lalu muncullah kutu yang hidup dari zat-zat busuk ini. Kutu seringkali muncul setelah seseorang sembuh dari sakit karena unsur kotoran. Biasanya anak-anak menjadi korban kutu karena kecerobohan dan kebiasaan bermain dengan benda-benda basah. Inilah sebabnya Rasulullah s.a.w pernah memerintahkan agar rambut anak-anak Bani Ja'far digunduli. Menggundul kepala adalah salah satu terapi terbaik. Kepala yang gundul memungkinkan kulit kepala terkena sinar matahari langsung dan uap-uap di bawah kulit akan menguap.

Setelah itu kepala diolesi dengan obat-obatan yang dapat membasmi dan mencegah kutu berkembang biak.

Ada tiga kegunaan menggundul kepala. Salah satunya menggundul kepala untuk ibadah. Kedua, menggundul kepala yang merupakan tindakan *bid'ah* dan *syirik*. Ketiga, menggundul kepala untuk terapi. Yang pertama dilakukan pada waktu haji dan umrah. Yang kedua dilaksanakan karena sesuatu selain Allah. Contohnya, para murid tarekat sesat mencukur rambut kepala mereka demi guru mereka dengan alasan, "Saya menggundul kepala saya demi si Fulan." Ini sama dengan mengatakan, "Saya bersujud kepada si Fulan."

Menggunduli kepala mengandung maksud merendahkan diri, ibadah dan ketundukan. Itulah sebabnya menggunduli kepala menjadi ritual untuk menyempurnakan ibadah haji. Imam Syafi'i menganggap menggundul kepala merupakan rukun haji karena menuntut penundukan kepala di hadapan Tuhan dan merupakan ibadah yang mulia. Karena itu, ketika bangsa Arab hendak menghina tawanan dan kemudian membebaskannya, pertama-tama mereka menggunduli kepalanya lalu membebaskannya. Kemudian para guru tarekat sesat berusaha memperoleh hak-hak ketuhanan bagi diri mereka, menuntut pengikut-pengikutnya melaksanakan amalan-amalan ibadah kepada mereka. Mereka mewajibkan para pengikutnya untuk menggundul kepalanya sebagaimana mereka membujuk pengikut-pengikutnya untuk bersujud di hadapan mereka. Mereka menganggap perbuatan ini bukan bentuk penyembahan, tetapi sekedar menundukkan kepala di hadapan sang guru. Demi Allah! Sujud itu hanya kepada Allah. Mereka membujuk murid-muridnya untuk bersumpah demi mereka, bertobat kepada mereka dan bersumpah dengan nama-nama mereka! Ini berarti menjadikan para guru tersebut sebagai tuhan-tuhan selain Allah. Allah berfirman:

Tidaklah patut bagi seorang manusia yang Allah telah berikan kepadanya Al-Kitab, hikmah (pengetahuan dan pengertian tentang hukum-hukum agama) dan kenabian berkata kepada

orang banyak, "Jadilah kalian penyembah-penyembahku bukan penyembah Allah.' Akan tetapi, (ia seharusnya berkata), "Jadilah kalian rabbaniyyin (para ahli ilmu agama yang mengamalkan apa yang mereka ketahui dan mengajarkannya kepada orang lain), sebab kalian mengajarkan dan mempelajari al-Kitab.' Tidak juga dia memerintahkan kamu untuk menjadikan para malaikat dan para Nabi sebagai tuhan-tuhan. Apakah patut ia memerintahkan kamu untuk menjadi kufur setelah kalian menjadi Muslim? (QS. Ali "Imran: 79-80)

Shalat adalah ibadah tertinggi. Namun guru-guru ajaran sesat, ulama gadungan dan para tiran telah mengambil sebagian dari gerakan shalat ini untuk diri mereka. Para guru ajaran sesat memilih amalan tertinggi dalam shalat, yakni sujud, bagi diri mereka. Sebagian ulama gadungan menuntut membungkukkan badan bagi diri mereka sendiri. Ketika mereka saling bertemu, sebagian mereka membungkukkan badan di hadapan yang lain sebagaimana yang dilakukan orang ketika shalat kepada Allah, sedangkan para tiran mendapatkan penghormatan dari orang lainnya dengan berdiri! Orang merdeka dan budak berdiri tegak di hadapan para tiran, sementara para tiran ini tetap dalam posisi duduk.

Rasulullah s.a.w melarang tiga perbuatan ini dilakukan bagi selain Allah. Melakukan perbuatan-perbuatan terlarang ini merupakan pelanggaran nyata.

Rasulullah s.a.w melarang orang bersujud kepada selain Allah dengan bersabda, "Tidak layak orang bersujud kepada yang lain."

Beliau juga mengecam perbuatan Mu'adz yang bersujud di hadapannya. Karena larangan bersujud di hadapan makhluk sudah menjadi aksioma dalam agama, maka orang yang membolehkan perbuatan-perbuatan demikian berarti menentang Allah dan utusan-Nya. Sujud merupakan salah satu bentuk ibadah penting. Seorang musyrik yang membolehkan bersujud kepada makhluk berarti

membolehkan beribadah kepada selain Allah. Rasulullah s.a.w pernah ditanya, "Jika seseorang menemui saudaranya, haruskah ia membungkukkan badan kepada saudaranya?" Beliau menjawab, "Tidak." Kemudian ditanya, "Bolehkah ia memeluk dan mencium saudaranya?" Beliau menjawab, "Tidak." Lalu beliau ditanya lagi, "Bolehkah ia menjabat tangan saudaranya?" Nabi menjawab, "Ya."

Menundukkan badan di saat memberi salam kepada seseorang merupakan jenis ibadah, sebagaimana firman Allah:

> *Dan masuklah ke dalam pintu itu dengan bersujud (atau menundukkan badan dengan kerendahan hati). (QS. Al-Baqarah: 58)*

Di samping itu, bersujud dan masuk melalui pintu tidak mungkin dilakukan pada saat bersamaan (sujud yang disebutkan dalam ayat tersebut adalah membungkukkan badan).

Rasulullah s.a.w juga melarang para sahabat berdiri untuk menghormati seseorang sebagaimana dilakukan oleh orang-orang non-Arab. Bahkan beliau melarang perbuatan ini dalam shalat. Beliau memerintahkan umat Muslim untuk mengikuti imam. Jika karena suatu penyakit imam melaksanakan shalat dengan posisi duduk, maka posisi makmum pun juga harus duduk meskipun mereka sehat. Padahal mereka berdiri semata-mata karena Allah. Lantas bagaimana jika seseorang berdiri untuk selain Allah?

Orang-orang sesat dan bodoh sering mempersekutukan Allah dengan hal lain dalam ibadahnya. Mereka bersujud di hadapan selain Allah dan menundukkan badan bagi selain Allah. Mereka juga berdiri di hadapan makhluk sebagaimana mereka lakukan ketika mereka shalat. Mereka bersumpah atas nama selain Allah, menggundul kepala mereka, menyembelih kurban, melakukan *thawaf* untuk selain Allah, mencintai, takut dan taat kepada selain Allah, sebagaimana mereka lakukan bagi Allah. Mereka menyamakan Allah, Tuhan alam semesta yang mereka sembah, dengan makhluk. Orang-orang itu adalah mu-

suh-musuh Allah dan Rasulullah s.a.w. Mereka akan mengatakan dalam api neraka, ketika bertengkar dengan dewa-dewa palsu yang disembahnya.

> *Demi Allah, sesungguhnya dahulu kami benar-benar dalam kesesatan yang nyata ketika kami menyamakan kalian (dewa-dewa palsu) dengan Tuhan semesta alam (Tuhannya manusia, jin dan seluruh yang ada). (QS. Asy-Syu'ara: 97-98)*

Mereka adalah golongan manusia yang Allah lukiskan dalam firman-Nya, *Dan diantara manusia ada orang-orang menjadikan selain Allah sebagai tandingan-tandingan (bagi Allah). Mereka mencintainya sebagaimana mereka mencintai Allah. Namun, orang-orang yang beriman lebih besar cinta mereka kepada Allah.*(QS. Al-Baqarah:165)

Semua ini termasuk perbuatan syirik yang tidak akan pernah diampuni Allah. Inilah pembahasan yang berkaitan dengan petunjuk Nabi s.a.w tentang menggundul kepala, yang mungkin merupakan pembahasan paling baik dalam masalah ini. *Wallahu a'lam.*

BAGIAN II

PENGOBATAN DENGAN RUQYAH DAN OBAT-OBATAN ALAMIAH

BAB 1
MENGOBATI PENYAKIT AKIBAT MATA JAHAT

Imam Muslim, Ahmad, Ibnu Hibban, Al-Hakim dan At-Tabrani meriwayatkan, Ibnu Abbas ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Mata jahat itu nyata. Seandainya ada sesuatu yang dapat mendahului takdir, maka sesuatu itu adalah mata jahat."

Muslim meriwayatkan bahwa Anas ra berkata, "Rasulullah s.a.w mengizinkan penggunaan ruqyah untuk mengobati sengatan binatang berbisa, mata jahat dan luka."

Dalam *Shahihain* diriwayatkan Abu Hurairah ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Mata Jahat itu nyata."

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya memberitakan bahwa Aisyah ra berkata, "Orang yang menderita mata jahat diperintahkan untuk berwudhu dan orang yang terserang mata jahat mandi dengan air itu."

Aisyah ra, sebagaimana diriwayatkan dalam *Shahihain,* mengatakan, "Rasulullah s.a.w menyuruhku agar kami menggunakan ruqyah untuk melawan mata jahat."

At-Tirmidzi meriwayatkan dari hadits Sufyan bin Uyainah, dari Amru bin Dinar, dari Urwah bin Amir, dari Ubaid bin Rifa'ah Az-Zuraqi bahwa Asma' binti Umais ra berkata, "Wahai Rasulullah, Bani Ja'far terserang mata jahat. Bolehkah saya membacakan ruqyah untuk mereka?" Rasulullah bersabda, "Ya. Seandainya ada sesuatu yang

mendahului takdir, maka sesuatu itu adalah mata jahat."

Imam Malik meriwayatkan dari Ibnu Syihab, dari Abu Umamah bin Sahal bin Hanif bahwa Amir bin Rabi'ah pernah melihat Sahl bin Hunaif mandi. Amir berkata, "Demi Allah! Saya tidak pernah melihat kulit seperti kulit gadis daripada apa yang baru saja kulihat." Tak lama kemudian Sahl jatuh ke tanah. Rasulullah s.a.w kemudian mendatangi Amir dalam keadaan marah dan berkata kepadanya, "Mengapa kalian membunuh saudaranya sendiri? Mengapa kalian tidak mendoakan keberkahan? Mandilah."

Kemudian Amir membasuh wajah, tangan, siku, kaki dan sebagian dari sarungnya dalam sebuah baskom. Lalu air dalam baskom itu diguyurkan kepada Sahl. Setelah itu, Sahl mulai tersadar.

Malik juga meriwayatkan dari Muhammad bin Abu Umamah bin Sahal dari ayahnya, "Mata jahat itu nyata, maka bewudhulah untuk menghadapinya."

Hadits lain yang diriwayatkan oleh Abdul Razzaq dari Ma'mar, dari Ibnu Thawus dari ayahnya berbunyi, "Mata jahat itu nyata dan seandainya ada sesuatu yang mendahului takdir, sesuatu itu adalah mata jahat. Apabila salah seorang di antara kalian terjamah mata jahat, mandilah."

At-Tirmidzi mengatakan, "Orang yang menyerang orang lain dengan mata jahat harus mencelupkan tangannya ke dalam baskom, mencuci mulutnya, lalu meludahkan air itu kembali ke dalam baskom, kemudian membasuh wajahnya dengan air dari baskom itu, lalu mencelupkan tangan kirinya dan mengguyur lutut kanan di atas baskom itu. Berikutnya, tangan kanannya dicelupkan dan lutut kirinya diguyur di atas baskom itu. Selanjutnya, ia harus mencuci pakaiannya di dalam baskom itu dan airnya jangan ditumpahkan ke tanah. Kemudian, seluruh air yang ada di dalam baskom itu diguyurkan dari arah belakang kepada orang yang dijamahnya dengan mata jahat."

Ada dua jenis mata jahat, yakni yang berkaitan dengan manusia dan yang berkaitan dengan jin. Ummu Salamah ra meriwayatkan

bahwa Rasulullah s.a.w pernah melihat seorang gadis muda yang wajahnya kusam. Beliau berkata, "Ruqyahlah wanita ini karena ia terjamah mata jahat."

Al-Husain bin Mas'ud Al-Farra berkata bahwa istilah kusam yang beliau gunakan menunjukkan bahwa ia terkena mata jahat dari unsur jin. Dikatakan pada dirinya terdapat mata jahat yang disebabkan karena pandangan jin, yang lebih cepat dari anak panah yang melesat.

Diriwayatkan dari Jabir dalam hadits marfu', "Sesungguhnya mata jahat itu dapat memasukkan seseorang ke dalam kubur dan unta ke dalam kuali."

Abu Sa'id juga meriwayatkan, "Rasulullah s.a.w pernah minta perlindungan kepada Allah dari jin dan mata jahat manusia."

Orang-orang yang picik, kurang wawasan dan intelektualnya, menolak fakta adanya mata jahat. Mereka mengatakan bahwa mata jahat adalah halusinasi, bukan kenyataan. Orang-orang ini termasuk di antara orang-orang paling bodoh, memiliki pemahaman yang sangat tidak sempurna dan pemikiran yang sangat dungu. Mereka tidak memiliki pengetahuan tentang jiwa, roh dan pengaruhnya.

Kaum cerdik pandai dari berbagai bangsa di dunia ini tidak membantah fakta adanya mata jahat, meskipun pemahaman mereka berbeda mengenai penyebab dan pengaruhnya. Sebagian orang mengatakan bahwa ketika seseorang menyerang orang lain dengan mata jahat, setelah melakukan ritual jahat tertentu, maka mata mereka mentransformasikan pikiran-pikiran jahatnya ke dalam gelombang-gelombang berbahaya sebagaimana munculnya bisa ular yang dapat membinasakan mangsanya. Kekuatan seperti ini terdapat pada jenis ular tertentu, yang jika pandangan matanya tertuju pada seseorang bisa menyebabkan kematiannya. Demikian juga seorang ahli mata jahat.

Sebagian orang lainnya berpendapat bahwa mungkin saja kekuatan-kekuatan gaib (semacam *ether* halus) memancar dari diri orang yang menjamah orang lain dengan mata jahat, kemudian memasuki tubuh korbannya dan mencelakakannya.

Orang yang lain lagi mengatakan bahwa Allah menciptakan bahaya pada korban mata jahat tanpa energi, bakat atau pengaruh apa pun yang memancar dari mata orang yang menyerangnya. Ini merupakan pendapat orang-orang yang mengingkari berbagai kekuatan spiritual yang ada di dunia ini dan pengaruhnya. Mereka mengingkari hukum sebab-akibat. Padahal Allah telah menciptakan kekuatan dan sifat khusus pada sebagian makhluk yang memiliki pengaruh luar biasa terhadap makhluk lain. Tak dapat diingkari oleh orang berakal bahwa jiwa memiliki pengaruh terhadap tubuh. Contohnya, wajah seseorang yang malu berubah menjadi merah jika pandangannya jatuh pada apa yang tidak pantas baginya atau berubah pucat jika memandang orang yang ditakutinya. Pengaruh mata jahat dapat menimbulkan sakit dan kelemahan pada tubuh korban. Ini adalah akibat reaksi ofensif dari roh manusia. Karena eratnya hubungan antara energi dengan mata, maka dinisbatkan padanya. Bukan mata yang menimbulkan energi, tapi pengaruh dari roh.

Jiwa-jiwa mempunyai esensi, kekuatan, karakter dan kualitas yang berbeda-beda. Jiwa orang yang dengki terhadap orang yang didengki dapat membahayakan korbannya. Inilah sebabnya Allah memerintahkan utusan-Nya untuk memohon perlindungan kepada-Nya dari mata jahat.

Pengaruh buruk seorang pendengki tidak dapat disangkal, kecuali oleh orang yang telah jauh dari kemanusiaannya. Itulah esensi dari daya serang mata jahat. Merupakan fakta bahwa jiwa pendengki dan jahat menjamah orang yang di dengki dengan cara yang demikian jahat hingga dapat mencelakakan korbannya. Kasus yang sama dapat dilihat pada ular berbisa yang sangat murka dan jahat ketika bertemu dengan musuhnya. Ular berbisa itu memiliki pengaruh khusus terhadap korban, bahkan bisa menyebabkan keguguran janin atau kebutaan. Nabi s.a.w melukiskan ular berbisa yang berekor pendek dan ular berbisa yang bergaris-garis memiliki kemampuan yang dapat merusak penglihatan dan menggagalkan kehamilan. Beberapa jenis ular memiliki pengaruh

negatif terhadap manusia hanya melalui penglihatan mereka tanpa bersentuhan. Hal ini karena keganasan jiwa yang terkandung dalam tubuhnya mempunyai pengaruh yang dahsyat terhadap manusia.

Pengaruh yang kami sebutkan ini tidak terbatas pada kontak fisik, sebagaimana dugaan sebagian orang yang memiliki sedikit ilmu pengetahuan alam dan agama. Akan tetapi, pengaruh tersebut dapat timbul melalui kontak fisik, penglihatan atau jiwa mengarahkan kekuatannya kepada korban melalui imajinasi, sugesti, halusinasi dan sebagainya. Bisa juga melalui doa, mantra dsb.

Si pendengki mungkin saja orang buta. Cukup sesuatu dilukis-kan kepadanya, maka jiwa pendengkinya akan merusak obyek yang dilukiskan meskipun ia tak dapat melihatnya. Allah berfirman kepada Rasul-Nya s.a.w:

> *Dan sesungguhnya orang-orang kafir nyaris menggelincirkanmu dengan mata-mata mereka (yang penuh dengan kebencian) ketika mereka mendengarkan Al-Quran. (QS. Nun: 51)*

> *Katakanlah, "Aku berlindung kepada Tuhan pencipta shubuh. Dari kejahatan makhluk-Nya. Dari kejahatan kegelapan malam apabila tiba. Dari kejahatan wanita-wanita sihir ketika mereka meniup dalam buhul-buhul. Dan dari kejahatan pendengki apabila ia mendengki." (QS. Al-Falaq: 1-5)*

Setiap orang yang menyerang orang lain dengan mata jahat adalah seorang pendengki, tapi tidak setiap pendengki mampu melakukan mata jahat. Karena makna kedengkian lebih umum daripada mata jahat, maka berlindung dari pendengki termasuk berlindung dari mata jahat.

Sorotan mata jahat ibarat lemparan anak panah kedengkian yang melesat meninggalkan jiwa pendengki, kadang-kadang menyerang targetnya secara tiba-tiba dan kadang-kadang luput. Jika calon korbannya tak bertameng, maka mata jahat akan mencelakakannya. Jika calon korban memiliki penangkal, maka anak-anak panah mungkin

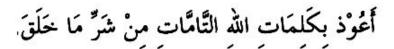
berbalik kepada orang yang memanahnya. Ini mirip dengan ketika seseorang melesatkan anak-anak panah. Kemiripannya dengan jiwa adalah ketika anak-anak panah ditembakkan pada dunia materi. Mata jahat bermula ketika si pendengki menyukai sesuatu, kemudian mengikutinya dengan pikiran dan keinginan jahatnya, selanjutnya mata jahat menyerang obyek yang dituju.

Adakalanya orang menyerang dirinya sendiri dengan mata jahat. Ini merupakan salah satu bentuk kedengkian terburuk. Sebagian ulama kita mengatakan bahwa pelaku tindakan semacam itu harus dipenjara dan dipenuhi segala kebutuhannya sampai mereka meninggal. Itulah hukuman yang tepat.

MACAM-MACAM PENGOBATAN MATA JAHAT

Abu Dawud meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Sahl bin Hunaif menceritakan: Kami tiba di sebuah sungai. Aku menceburkan diri dan mandi. Setelah selesai, aku demam. Ketika Rasulullah s.a.w diberitahu, beliau bersabda, "Perintahkan Abu ath-Tsabit untuk berlindung kepada Allah (bagi Sahl) dengan ruqyah." Aku bertanya, "Wahai pemimpinku, apakah ruqyah bermanfaat?" Beliau menjawab, "Tak ada ruqyah kecuali untuk menolak mata jahat, demam dan gigitan binatang."

Ada beberapa bentuk perlindungan diri (ta'awudz) dan ruqyah, seperti membaca surah pertama dalam Al-Qur'an (al-Fatihah), Mu'awwidzatan (surah al-Falaq dan an-Nas) dan ayat Kursi (QS. Al-Baqarah: 225).

Bentuk ta'awudz lain yang diajarkan oleh Nabi s.a.w adalah membaca:

Aku berlindung melalui kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kejahatan apa yang Dia ciptakan.

Juga orang dapat membaca:

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّةِ، مِنْ كُلِّ شَيْطَانٍ وَهَامَّةٍ، وَمِنْ كُلِّ عَيْنٍ لاَمَّةٍ.

Aku berlindung melalui kalimat Allah yang sempurna dari setiap setan, jiwa yang jahat dan mata jahat.

Juga orang dapat membaca:

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ الَّتِى لاَ يُجَاوِزُهُنَّ بَرٌّ وَلاَ فَاجِرٌ، مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَذَرَأَ وَبَرَأَ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَنْزِلُ مِنَ السَّمَاءِ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَعْرُجُ فِيْهَا، وَمِنْ شَرِّ مَا ذَرَأَ فِى الْأَرْضِ، وَمِنْ شَرِّ مَا يَخْرُجُ مِنْهَا، وَمِنْ شَرِّ فِتَنِ اللَّيْلِ وَ النَّهَارِ، وَمِنْ شَرِّ طَوَارِقِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ، إِلاَّ طَارِقًا يَطْرُقُ بِخَيْرٍ يَا رَحْمَانُ

Aku berlindung melalui kalimat-kalimat Allah yang sempurna, yang tak ada orang shaleh atau jahat mendahuluinya, dari kejahatan apa yang Ia ciptakan, Ia buat, dan Ia mulai, dari kejahatan apa pun yang turun dari langit dan apa pun yang naik menuju kepadanya, dari kejahatan apa yang telah Ia ciptakan di bumi dan apa yang keluar darinya, dari kejahatan cobaan-cobaan malam hari dan siang, dan dari kejahatan apa yang datang pada malam dan siang hari, kecuali siapa pun yang muncul dengan kebaikan, wahai Tuhan Yang Maha Pengasih.

Juga doa di bawah ini:

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّةِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ، وَمِنْ شَرِّ عِبَادِهِ، وَمِنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِيْنِ وَأَنْ يَحْضُرُوْنِ

Aku berlindung melalui kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kemurkaan dan siksaan-Nya, dari kejahatan hamba-hamba-Nya dan dari para pembisik golongan setan serta kehadiran mereka.

Juga doa berikut ini:

اَللّــهُمَّ إِنِّى أَعُوْذُ بِوَجْهِكَ الْكَرِيْمِ وَكَلِمَاتِكَ التَّامَّاتِ، مِنْ شَرِّ مَا أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهِ؛ اَللّٰهُمَّ أَنْتَ تَكْشِفُ الْمَأْثَمَ وَالْمَغْـرَمَ، اَللّٰهُمَّ إِنَّهُ لاَ يُهْزَمُ جُنْدُكَ، وَلاَ يُخْلَـفُ وَعْـدُكَ؛ سُـبْحَانَكَ وَبِحَمْدِكَ

Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung melalui wajah-Mu yang sangat mulia dan kalimat-kalimat-Mu yang sempurna dari kejahatan setiap makhluk yang ubun-ubunnya berada dalam genggaman-Mu. Ya Allah, Engkau menghapus dosa dan kemalangan. Ya Allah, prajurit-prajurit-Mu tidak akan pernah dikalahkan dan janji-Mu tidak akan pernah dilanggar. Maha Suci Engkau dan segala pujian untuk-Mu.

Juga, orang dapat berdoa:

أَعُوْذُ بِوَجْهِ اللهِ الْعَظِيمِ الَّذي لاَ شَيْءَ أَعْظَمُ مِنْـهُ، وَبِكَلِمَاتِـهِ التَّامَّاتِ الَّتِى لاَ يُجَـاوِزُهُنَّ بَـرٌّ وَلاَ فَـاجِرٌ، وَبِأَسْـمَاءِ اللهِ الْحُسْنَى–مَا عَلِمْتُ مِنْهَا وَمَا لَم أَعْلَمْ – مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ وَذَرَأَ وَبَرَأَ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ ذِى شَرٍّ لاَ أُطِيْقُ شَرَّهُ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ ذِى شَرٍّ أَنْتَ آخِذٌ بِنَاصِيَتِهِ؛ إِنَّ رَبِّى عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيْمٍ

Aku berlindung melalui wajah Allah Yang Maha Agung yang tak ada sesuatu lebih agung daripada-Nya, dengan kalimat-

kalimatnya yang sempurna yang tak ada orang baik atau jahat yang dapat melampauinya, melalui nama-nama Allah yang indah – baik yang aku ketahui maupun yang tidak kuketahui – dari kejahatan apa yang Dia ciptakan, apa yang Dia bentuk dan apa yang Dia buat, dari kejahatan setiap makhluk yang aku tak dapat mengatasinya, dan dari kejahatan apa yang Engkau pegang ubun-ubunnya, sesungguhnya Tuhanku berada di atas jalan lurus.

Ruqyah yang diajarkan Rasulullah juga meliputi bacaan di bawah ini:

اللَّهُمَّ أَنْتَ رَبِّى لاَ إِلَـــهَ إِلاَّ أَنْتَ، عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ، وَأَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ؛ مَاشَاءَ اللهُ كَانَ، وَمَا لَمْ يَشَأْ لَمْ يَكُنْ؛ لاَ حَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِاللهِ؛ أَعْلَمُ أَنَّ اللهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيْرٌ، وَأَنَّ اللهَ قَدْ أَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا، وَأَحْصَى كُلَّ شَيْءٍ عَدَدًا. اَللَّهُمَّ إِنِّـــي أَعُوْذُبِكَ مِنْ شَرِّ نَفْسِي وَشَرِّ الشَّيْطَانِ وَشِرْكِهِ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ دَابةٍ أَنْتَ آخذٌ بِنَاصِيَتِهَا؛ إِنَّ رَبِّى عَلَى صِرَاطٍ مُسْتَقِيْمٍ

Ya Allah, Engkaulah Tuhanku, tiada Tuhan yang layak disembah selain Engkau, kepada-Mu aku bertawakkal. Engkaulah Tuhan pemilik Arasy yang agung. Apa yang Allah kehendaki, maka terjadilah. Namun, apa yang tidak Dia kehendaki untuk terjadi, tak akan pernah terjadi. Tak ada kekuasaan dan tak ada kekuatan kecuali melalui Allah. Aku tahu bahwa Allah berkuasa atas segala sesuatu, bahwa Allah telah mencukupi segala sesuatu dengan pengetahuan-Nya, dan Dia berkuasa menghitung segala sesuatu. Ya Allah, sesungguhnya aku berlindung kepada-Mu dari kejahatan dalam diriku, dari kejahatan dan kemusyrikan setan, dan dari kejahatan setiap makhluk yang Engkau pegang ubun-ubunnya.

Sesungguhnya Tuhanku berada di atas jalan yang lurus.

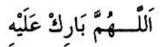
Atau doa ini:

تَحَصَّنْتُ بِاللهِ الَّذِى لاَ إِلَـهَ إِلاَّ هُوَ إِلَـهِى وَإِلَـهُ كُلِّ شَيْءٍ، وَاعْتَصَمْتُ بِرَبِّى وَرَبِّ كُلِّ شَيْءٍ، وَتَوَكَّلْتُ عَلَى الْحَيِّ الَّذِيْ لاَ يَمُوْتُ، وَاسْتَدْفَعْتُ الشَّرَّ بِلاَ حَوْلَ وَلاَ قُوَّةَ إِلاَّ بِاللهِ؛ حَسْبِيَ اللّٰهُ وَنِعْمَ الْوَكِيْلُ، حَسْبِيَ الرَّبُّ مِنَ الْعِبَادِ، حَسْبِيَ الْخَالِقُ مِنَ الْمَخْلُوْقِ، حَسْبِيَ الرَّازِقُ مِنَ الْمَرْزُوْقِ، حَسْبِيَ اللهُ هُوَ حَسْبِيْ، حَسْبِيَ الَّذِي بِيَدِهِ مَلَكُوْتُ كُلِّ شَيْءٍ وَهُوَ يُجِيْرُ وَلاَ يُجَارُ عَلَيْهِ، حَسْبِيَ اللهُ وَكَفَى سَمِعَ اللهُ لِمَنْ دَعَا، وَلَيْسَ وَرَاءَ اللهِ مَرْمَى؛ حَسْبِيَ اللهُ لاَ إِلَـهَ إِلاَّ هُوَ، عَلَيْهِ تَوَكَّلْتُ، وَهُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ

Aku berlindung kepada Allah, tiada Tuhan selain Dia, Tuhanku dan Tuhan segala sesuatu. Aku memohon perlindungan diri kepada Zat Yang Maha Hidup yang tak akan mati. Aku memohon kepada-Nya untuk menolak kejahatan melalui ungkapan: tak ada kekuasaan dan kekuatan kecuali melalui Allah. Cukuplah Allah yang menolongku, karena Dia sebaik-baik penolong. Cukuplah Allah bagiku dibandingkan dengan hamba-hamba-Nya. Cukuplah Maha Pencipta bagiku dibandingkan dengan makhluk ciptaan-Nya. Cukuplah Maha Pemberi rezeki bagiku dibandingkan dengan makhluk yang diberi rezeki. Cukuplah Allah bagiku, cukuplah Dia. Cukuplah bagiku Zat yang di tangan-Nya kekuasaan segala sesuatu. Dialah segala perlindungan dan tak ada segala sesuatu

yang mampu memberikan perlindungan kepada-Nya. Cukuplah Allah bagiku dan cukuplah. Allah Maha Mendengar setiap makhluk yang berdoa kepada-Nya. Tak ada tujuan yang dicapai yang lebih besar selain Allah. Cukuplah Allah bagiku, tiada Tuhan selain Dia, kepada-Nya aku bertawakkal, karena Dialah Tuhan pemilik Arasy yang agung.

Orang-orang yang telah mengamalkan doa-doa dan ruqyah tersebut akan mengetahui manfaatnya yang besar dan akan mengetahui betapa besar kebutuhan kita terhadapnya. Doa-doa itu akan melindungi seseorang dari pengaruh mata jahat dan akan menolak bahayanya jika mata jahat menjamahnya, setimpal dengan derajat keimanan, kekuatan jiwa, ketawakkalan dan ketabahan hati si pembacanya. Doa-doa tersebut merupakan senjata, kemanjurannya tergantung pada kemampuan orang yang menggunakannya.

Jika orang merasa takut akan menyerang orang lain atau dirinya sendiri dengan mata jahat, ia dapat menolak bahayanya dengan membaca doa ini:

Ya Allah, berkatilah ia.

Rasulullah s.a.w bertanya kepada Amir bin Rabi'ah, yang menyerang Sahal dengan mata jahat, "Mengapa engkau tidak mengucapkan tabrik *(barakallahu 'alaihi* – semoga Allah memberkatinya*)*?"

Ucapan-ucapan seperti *masya Allah* (apa yang Allah kehendaki) dan *la quwwata illa billah* (tak ada kekuatan kecuali melalui Allah) juga dapat menolak mata jahat. Hasyim bin Urwah meriwayatkan bahwa ayahnya biasa mengucapkan, "Apa yang Allah kehendaki, pasti akan terjadi. Tak ada kekuatan kecuali melalui Allah," ketika melihat sesuatu yang disukainya dan ketika memasuki salah satu kebunnya.

Jibril pernah membacakan ruqyah bagi Rasulullah s.a.w, sebagaimana diriwayatkan Imam Muslim dalam *Shahih*-nya:

بِاسْمِ اللهِ أَرْقِيْكَ، مِنْ كُلِّ دَاءٍ يُؤْذِيْكَ؛ مِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنٍ حَاسِدٍ، اللَّهُ يَشْفِيْكَ؛ بِاسْمِ اللهِ أَرْقِيْكَ.

Dengan nama Allah, aku membaca ruqyah untuk kemaslahatanmu, dari setiap penyakit yang membahayakanmu, dari kejahatan setiap jiwa yang jahat atau mata seorang pendengki. Semoga Allah menyembuhkanmu. Dengan nama Allah, aku membacakan ruqyah untuk kemaslahatanmu.

Sebagian golongan shalihin menyatakan bahwa tidak mengapa jika ayat Al-Qur'an ditulis dengan tinta, lalu direndam dengan air dan air itu diminumkan pada orang yang sakit. Mujahid mengeluarkan pernyataan yang sama, demikian pula Abu Qilabah. Ibnu Abbas pernah meminta agar dua ayat Al-Qur'an ditulis bagi seorang wanita hamil yang sulit melahirkan lalu direndam dengan air dan diminumkan pada wanita itu. Abu Ayub berkata, "Aku melihat Abu Qilabah menulis beberapa ayat Al-Qur'an, merendamnya dengan air, kemudian memberikannya kepada seseorang yang sedang menderita penyakit untuk meminumnya."

Cara lainnya adalah meminta orang yang menjamah orang lain dengan mata jahat untuk mencuci tangan dan kakinya serta bagian dalam pakaiannya, atau (menurut satu pendapat) alat kelaminnya, dari sisi kanan. Lalu ia disuruh menuangkan airnya di atas kepala korbannya dari arah belakang tanpa melihat. Ini adalah cara pengobatan yang tak mampu dicapai para dokter melalui ilmu kedokteran. Orang-orang yang menolak ruqyah-ruqyah seperti ini juga tidak akan memperoleh manfaat darinya, karena mereka tidak percaya pada khasiat ruqyah-ruqyah itu.

Para dokter tak mampu menjelaskan banyak peristiwa alam di dunia ini, karena itu tak semestinya orang-orang munafik di antara

mereka menyangkal adanya kekuatan-kekuatan dan pengaruh sebagaimana diperlihatkan agama seperti di atas? Mencuci dengan air rendaman ayat Al-Quran memiliki manfaat nyata dan pengalaman telah membuktikannya. Perlu diketahui bahwa penawar racun ular terdapat pada dagingnya. Demikian pula, kemarahan dapat dihilangkan dari hati dengan meletakkan tangan di dada orang yang sedang marah. Ini sama seperti ketika menghadapi orang yang hendak melemparkan obor yang menyala kepada kita. Sewaktu obor itu masih di tangannya kita menyiramkan air sehingga obor itu padam. Inilah sebabnya Rasulullah s.a.w menyuruh pelaku mata jahat untuk memohon kepada Allah agar memberkati apa pun kedengkian, sehingga pikiran-pikiran jahat yang dirasakannya dapat hilang dan berganti dengan doa, yang merupakan penawarnya.

Ketika seorang pelaku mata jahat menjamah orang lain, kekuatan jahat tertentu tampak di ujung pakaiannya atau, sebagaimana pendapat lain, alat kelaminnya. Kemudian kekuatan itu ditransfer kepada orang atau sasarannya. Maka bila dicuci dengan air, kekuatan-kekuatan jahat tersebut akan lenyap. Kekuatan roh-roh jahat akan dapat dihentikan jika dicuci dengan air. Juga, mungkin saja air mampu mendinginkan hati, dengan demikian menyembuhkan orang yang dengan mata jahatnya berniat menyerang orang lain. Kadang-kadang ketika serangga beracun menggigit, lalu serangga itu dibunuh, maka orang yang digigit merasa lega karena nyawa binatang beracun akan terus memberikan pengaruh yang mengganggu korban. Hal ini bisa saja terjadi karena orang yang digigit merasa bahagia sebab serangga tersebut telah binasa. Perasaan gembira atau bahagia ini mempercepat penyembuhan. Ketika orang yang dengan mata jahatnya menjamah orang lain dicuci, kejahatan yang dipikirkan atau dirasakannya akan terhapuskan oleh air.

Seandainya ada orang bertanya, "Jika mencuci dengan air (mandi) dapat membantu pelaku mata jahat, lantas bagaimana relevansinya dengan korbannya?"

Mengguyur korban dengan air dapat mendinginkan unsur api pada mata jahat sebagaimana memadamkan pikiran-pikiran terselubung seorang pelaku mata jahat. Air, yang biasa digunakan untuk mendinginkan batangan besi yang dibakar, juga sering digunakan, sebagaimana disepakati para dokter, sebagai obat. Wajar jika air yang digunakan untuk memadamkan mata jahat juga digunakan untuk membebaskan korban dari pengaruh mata jahat.

Karena itu, membandingkan pengobatan Rasulullah dengan pengobatan yang digunakan para dokter ibarat membandingkan pengobatan dokter dengan pengobatan orang awam atau lebih rendah lagi, karena perbedaan antara para Nabi dengan para dokter jauh lebih besar daripada perbedaan antara para dokter dengan orang awam. Kita telah mengetahui bahwa dalam hubungan persaudaraan antara agama dan hikmah (Muhajirin dan Anshar) tidak ada kontradiksi. Allah memberi petunjuk kepada orang yang Dia kehendaki menuju kebenaran dan membuka pintu lebar-lebar bagi orang-orang yang mengetuk pintu taufik-Nya. Dia adalah sumber segala karunia dan hujjah yang tak terbantahkan.

Untuk menangkal atau memerangi mata jahat kita perlu menyembunyikan berkah atau rahmat Allah dari penglihatan manusia. Sebagai contoh, al-Baghawi dalam *Syarhus-Sunnah* meriwayatkan bahwa sekali waktu Utsman bin Affan ra melihat seorang anak yang tampan sekali, lalu memerintahkan, "Hitamkanlah belahan dagunya agar mata jahat tidak menjamahnya."

Al-Khatthabi juga meriwayatkan dalam kitabnya, *Gharib al-Hadits*: Diriwayatkan bahwa Utsman pernah melihat seorang anak tampan yang terkena mata jahat dan berkata, "Sembunyikanlah dagunya yang terbelah dengan sesuatu yang berwarna hitam." Abu Amr menuturkan: Aku pernah bertanya kepada Ahmad bin Yahya mengenai arti riwayat itu. Dia berkata, "Yang dimaksud dengan belahan dagu adalah belahan yang terdapat di bagian tengah dagu. Menghitamkan di situ artinya melumuri dengan yang warna hitam, yakni melumuri bagian dagu yang terbelah itu

untuk menolak mata jahat." Contoh lainnya adalah hadits Aisyah ra. bahwa "Rasulullah s.a.w pernah berkhutbah dengan mengenakan sorban yang diberi warna hitam pekat." Hadits ini dijadikan dalil untuk menggunakan kata *dasm* (hitam). Dengan pengertian ini, penyair menggunakan kata tersebut dalam syairnya:

> *Tidak ada aib yang lebih dibutuhkan oleh orang yang sempurna untuk memeliharanya dari mata jahat.*

Ruqyah lain untuk menangkal mata jahat dikisahkan oleh Abu Abdillah al-Tayya'hi. Ia pernah mengadakan perjalanan untuk haji atau jihad dengan mengendarai seekor unta yang baik. Ada seorang lelaki di dalam kafilah itu yang tak pernah memandang sesuatu, kecuali pandangannya itu dapat mengakibatkan sesuatu yang dipandangnya binasa. Abu Abdillah kemudian diberitahu, "Jagalah untamu dari mata lelaki itu." Abu Abdillah berkata, "Untaku tidak akan bisa dijamah oleh mata jahatnya." Lalu lelaki bermata jahat itu diberitahu tentang jawaban Abu Abdillah. Lelaki itu pun menunggu kesempatan ketika Abu Abdillah tidak bersama untanya dan memandang unta itu yang segera jatuh tersungkur! Ketika Abu Abdillah datang dia diberitahu bahwa orang itu dengan mata jahatnya telah menjamah untanya sehingga sekarat. Abu Abdillah berkata, "Tunjukkanlah kepadaku lelaki itu." Ketika bertemu dengan lelaki bermata jahat itu, ia berkata:

بِاسْمِ اللهِ؛ حَبْسٌ حَابِسٌ، وَحَجَرٌ يَابِسٌ وَشِهَابٌ قَابِسٌ؛ رَدَدْتُ عَيْنَ العَائِنِ عَلَيْهِ، وَعَلَى أَحَبِّ النَّاسِ إِلَيْهِ: ﴿ فَٱرْجِعِ ٱلْبَصَرَ هَلْ تَرَىٰ مِن فُطُورٍ ۝٣ ثُمَّ ٱرْجِعِ ٱلْبَصَرَ كَرَّتَيْنِ يَنقَلِبْ إِلَيْكَ ٱلْبَصَرُ خَاسِئًا وَهُوَ حَسِيرٌ ۝٤ ﴾

Dengan nama Allah, Zat yang mengendalikan batu karang yang keras dan bintang yang berkilau terang, saya mohon agar mata

jahat kembali kepada orang yang memulainya dan terhadap orang yang mendengki.

Allah berfirman: Maka lihatlah berulang-ulang, adakah kamu lihat sesuatu yang tidak sempurna? Kemudian pandanglah sekali lagi, penglihatanmu akan kembali kepadamu dalam kondisi keterhinaan dan kelesuan. (QS. Al-Mulk: 3-4)

Lelaki pemilik mata jahat itu lalu kehilangan penglihatannya dan unta tersebut sembuh.

BAB 2
MENGOBATI PENYAKIT UMUM DENGAN RUQYAH

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan hadits Abu Darda bahwa ia menceritakan: Aku pernah mendengar Rasulullah s.a.w bersabda, "Barangsiapa di antara kalian mengeluhkan sesuatu atau mendapatkan keluhan salah seorang saudaranya, hendaknya mengucapkan:

مَنِ اشْتَكَى مِنْكُمْ شَيْئًا أَوِ اشْتَكَاهُ أَخٌ لَهُ، فَلْيَقُلْ: رَبُّنَا اللهُ الَّذِي فِي السَّمَاءِ، تَقَدَّسَ اسْمُكَ وَأَمْرُكَ فِي السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ؛ كَمَا رَحْمَتُكَ فِي السَّمَاءِ فَاجْعَلْ رَحْمَتَكَ فِي الْأَرْضِ، وَاغْفِرْ لَنَا حُوْبَنَا وَخَطَايَانَا؛ أَنْتَ رَبُّ الطَّيِّبِيْنَ؛ أَنْزِلْ رَحْمَةً مِنْ عِنْدِكَ، وَشِفَاءً مِنْ شِفَائِكَ عَلَى هَذَا الْوَجَعِ. فَيَبْرَأُ بِإِذْنِ اللهِ.

'Ya Allah, Rabb kami yang ada di atas langit, sungguh Maha Suci nama-Mu dan agama-Mu di langit dan di bumi, seperti juga rahmat-Mu di atas langit, maka jadikanlah rahmat-Mu ada di bumi. Ampunilah dosa dan kesalahan kami; Engkau adalah

Rabb dari orang-orang shalih. Turunkanlah rahmat dari sisi-Mu, kesembuhan dari kesembuhan-Mu terhadap keluhan ini.' Niscaya dengan izin Allah akan sembuh."

Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Abu Sa'id al-Khudri ra berkata Jibril as datang kepada Rasulullah s.a.w dan bertanya kepadanya, "Wahai Muhammad, apakah engkau sakit?" Beliau menjawab, "Ya!" Maka Jibril as berkata:

بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيْكَ، مِنْ كُلِّ دَاءٍ يُؤْذِيْكَ، وَمِنْ شَرِّ كُلِّ نَفْسٍ أَوْ عَيْنِ حَاسِدٍ، اللَّهُ يَشْفِيْكَ؛ بِاسْمِ اللَّهِ أَرْقِيْكَ

Dengan nama Allah, aku meruqyahmu dari setiap penyakit yang membahayakanmu dan dari kejahatan setiap jiwa yang jahat atau mata jahat pendengki. Semoga Allah menyembuhkanmu. Dengan nama Allah, aku meruqyahmu.

Jika orang bertanya, "Bagaimana pendapat Anda tentang hadits yang diriwayatkan Abu Dawud, 'Tak ada ruqyah kecuali untuk mata jahat atau sengatan binatang berbisa?'"

Kami menjawab pernyataan ini dengan mengatakan sebagai berikut. Hadits tersebut tidak mengingkari bahwa ruqyah dapat digunakan untuk kepentingan lainnya, tetapi hanya menyatakan bahwa ruqyah berfungsi dengan sangat baik untuk mengatasi mata jahat dan sengatan binatang berbisa. Fakta yang mendukung pernyataan tersebut adalah hadits itu meriwayatkan Sahl bin Hunaif yang bertanya kepada Rasulullah s.a.w ketika ia terjamah mata jahat, "Apakah ruqyah bermanfaat?" Rasulullah s.a.w menjawab, "Tak ada ruqyah yang berfungsi lebih baik selain untuk mata jahat atau sengatan binatang berbisa."

Abu Dawud meriwayatkan dari hadits Anas, ia berkata, Rasulullah s.a.w bersabda, "Tidak ada ruqyah kecuali terhadap mata jahat, sengatan binatang berbisa atau darah yang tidak mengalir."

Banyak hadits lain–secara umum–membolehkan ruqyah. Sebagai contoh, Imam Muslim meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w membolehkan penggunaan ruqyah untuk mengatasi mata jahat, sengatan binatang berbisa dan *namlah* (penyakit semut).

BAB 3
MENGOBATI GIGITAN BINATANG BERBISA DENGAN SURAH AL-FATIHAH

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Abu Sa'id al-Khudri bercerita tentang beberapa sahabat Rasulullah s.a.w yang mengadakan perjalanan hingga mencapai wilayah pedusunan Arab. Setelah tiba pada dusun terakhir yang ditemui, mereka meminta agar suku itu menerima mereka sebagai tamu. Tetapi permintaan itu ditolak. Tak lama kemudian pemimpin suku itu digigit seekor binatang berbisa. Penduduk di situ kemudian berusaha keras menyembuhkannya, namun gagal. Sebagian dari mereka mengatakan (kepada yang lainnya), "Tak ada yang dapat menolongnya, coba kamu menemui orang-orang yang menginap di dusun ini. Siapa tahu salah seorang dari mereka dapat mengobati." Mereka pun pergi menemui kelompok sahabat Nabi s.a.w dan berkata, "Pemimpin kami digigit binatang berbisa dan kami telah mencoba segala cara, namun tidak berhasil. Apakah kalian memiliki sesuatu yang dapat mengobati?" Salah seorang di antara sahabat Nabi menjawab, "Ya. Demi Allah, saya dapat meruqyah. Namun, karena kalian telah menolak menerima kami sebagai tamu, saya tidak akan meruqyah pemimpin kalian kecuali jika kalian membayar kami." Mereka setuju membayar para sahabat Rasulullah itu dengan

sebagian domba mereka. Salah seorang di antara sahabat Rasulullah kemudian membaca surah al-Fatihah, yakni *Alhammdulillahi robbil 'alamin* (segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam) hingga akhir surah, lalu meniupkannya kepada kepala suku. Kemudian kepala suku itu menjadi sehat, seolah-olah tak pernah sakit. Ia berdiri, berjalan dan tidak menunjukkan tanda-tanda sakit. Suku itu membayar para sahabat Rasulullah sesuai dengan perjanjian. Sebagian dari sahabat Rasulullah mengusulkan agar sekawanan domba itu dibagi-bagi untuk mereka sendiri. Namun, sahabat yang membacakan ruqyah melarangnya, "Jangan membaginya sebelum kita menemui Nabi s.a.w. Kita akan menceritakan semua kejadian ini dan menantikan perintah beliau." Akhirnya, mereka menemui Nabi s.a.w dan mengisahkan cerita tersebut. Nabi s.a.w bertanya, "Bagaimana kalian sampai mengetahui bahwa surah al-Fatihah dapat dibacakan sebagai ruqyah? Kalian telah melakukan hal yang benar. Bagilah (apa yang telah kalian dapatkan) dan berikan sebagian untukku."

Telah diketahui bahwa jenis-jenis ucapan tertentu memiliki pengaruh dan khasiat luar biasa. Bagaimana dengan firman-firman Tuhan semesta alam yang jauh lebih utama dibandingkan dengan ucapan makhluk-Nya sebagaimana Allah jauh lebih utama dibandingkan makhluk-Nya? Firman-firman Allah mengandung penyembuhan utama, perlindungan sempurna, petunjuk yang benar dan rahmat yang luas. Seandainya firman Allah diwahyukan pada sebuah bukit, maka bukit itu akan hancur jadi debu karena keagungan Allah SWT. Allah berfirman:

> *Dan Kami menurunkan dari Al-Qur'an itu apa yang menjadi obat dan rahmat bagi orang-orang beriman.* (QS. Al-Isra': 82)

> *Allah berjanji kepada orang-orang yang beriman dan beramal shaleh di antara mereka bahwa Allah akan menganugerahi mereka ampunan dan pahala yang besar. (QS. Al-Fath: 29)*

Surah al-Fatihah tidak dapat dibandingkan dengan ayat atau surah lain yang diwahyukan dalam Al-Qur'an, Taurat, Injil atau Zabur.

Surah al-Fatihah mengandung makna-makna umum yang tercakup dalam selu ruh kitab-kitab ilahi yang diturunkan Allah. Surah al-Fatihah mengandung nama-nama dan sifat-sifat Allah, seperti Allah Rabb (Tuhan), Ar-Rahman (Maha Pengasih), dan ar-Rahim (Maha Penyayang). Surah itu juga menetapkan keberadaan Hari Kebangkitan, dan menegaskan keesaan Allah. Surah itu juga menyebutkan ketergantungan makhluk pada bantuan dan tuntunan Allah, serta hanya Dia yang menganugerahi bermacam-macam nikmat.

Surah al-Fatihah juga mengandung doa terbaik dan bermanfaat yang dibutuhkan makhluk: petunjuk menuju jalan lurus untuk mengenal nama-nama dan sifat-sifat-Nya, beribadah hanya kepada-Nya, mematuhi perintah-perintah-Nya, menjauhkan diri dari larangan-Nya dan tetap teguh di atas jalan ini hingga akhir hayat.

Surah al-Fatihah juga berisi pengelompokan umat manusia ke dalam golongan orang-orang yang telah memperoleh rahmat untuk mengetahui kebenaran (Islam) dan mengamalkannya. Dan golongan orang-orang yang dimurkai Allah karena menjauhi kebenaran setelah mengetahuinya. Dan golongan orang-orang yang tersesat karena tidak mengenal kebenaran. Itulah pembagian kelompok umat manusia.

Surah al-Fatihah menegaskan takdir dan perintah-perintah Allah, nama-nama dan sifat-sifat-Nya, hari Kiamat dan kenabian. Surah al-Fatihah menyucikan hati dan menyebutkan keadilan dan kasih sayang Allah, menolak segala macam *bid'ah* dan metode-metode batil. Kami mengungkapkan seluruh keutamaan al-Fatihah dalam kitab kami yang berjudul *Al-Kabir*. Surah yang mengandung segala macam keutamaan dan manfaat ini sudah seharusnya digunakan sebagai obat dan penangkal sengatan binatang berbisa.

Al-Fatihah menjadi obat terbaik, sebab mengandung ibadah tulus kepada Allah, pujian kepada-Nya, menisbatkan semua nikmat kepada-Nya, memohon bantuan dan dukungan-Nya dan berdoa memohon kepada-Nya bagi semua jenis kenikmatan, hidayah yang memberikan manfaat dan menolak mudharat.

Ada yang mengatakan bahwa bagian dalam al-Fatihah yang mengandung ruqyah adalah ayat:

Hanya kepada-Mu kami menyembah dan hanya kepada-Mu kami memohon pertolongan. (QS. al-Fatihah: 5)

Itulah kata-kata yang sangat kuat, mengandung pengobatan sempurna. Kata-kata itu merupakan ekspresi ketergantungan dan kepercayaan tulus kepada Allah, memohon bantuan dan perlindungan dari-Nya, serta memperlihatkan ketaatan dan kebutuhan terhadap-Nya. Kata-kata itu memuat tujuan terbaik untuk dicari, yaitu hanya menyembah Allah dan menunjukkan cara terbaik untuk memperoleh tujuan-tujuan ini, yaitu berdoa memohon bantuan Allah agar seseorang dapat mencapai tujuan-tujuan ini.

Sewaktu saya berada di Mekah, saya pernah jatuh sakit dan tak dapat mencari dokter atau pengobatan. Saya mencari kesembuhan dengan surah al-Fatihah dengan menghirup sedikit demi sedikit air Zam-zam yang saya bacakan al-Fatihah. Saya mendapatkan kesembuhan sempurna dengan metode ini dan saya selalu mengandalkannya setiap kali saya sakit. Pengobatan ini selalu membantuku.

Ada keajaiban luar biasa dalam penggunaan al-Fatihah sebagai ruqyah untuk mengobati sengatan binatang berbisa. Binatang berbisa memiliki pengaruh khusus terhadap korbannya melalui proses busuk jiwa-jiwa jahatnya. Senjata yang digunakan hewan berbisa adalah jarum (antup) untuk menyengat dan menginjeksikan bisa ke dalam tubuh korbannya. Mereka hanya menyengat jika marah. Dalam keadaan marah, racun dalam tubuhnya akan bergejolak sehingga terpancar keluar. Begitu pula orang yang menggunakan ruqyah akan memberikan pengaruh positif terhadap orang yang menerima ruqyah itu dan dengan demikian mempercepat kesembuhan melalui kehendak Allah. Korban akan merasa bahwa kekuatan hatinya meningkat melalui ruqyah dan obat ilahiah, sebagaimana hubungan aksi-reaksi di antara pengobatan reguler dan orang sakit. Kelembaban dan udara yang terkandung dalam

air liur orang yang membaca ruqyah, yang mengandung doa dan dzikir kepada Allah, semuanya akan mendatangkan kesembuhan. Karena orang yang meruqyah itu membacanya dengan hati dan lidahnya, maka menambahkan udara melalui tiupan dan kelembaban yang ada dalam tubuhnya melalui air liur dapat menambah kemanjuran, kekuasaan dan kekuatan obat. Perpaduan hati dan jiwa yang digunakan dalam obat ilahiah akan bekerja sebagaimana ramuan obat reguler bekerja pada tubuh.

Orang yang menggunakan ruqyah memiliki keunggulan atas kekuatan-kekuatan jahat, termasuk binatang berbisa, karena ia menambahkan bacaan ruqyah dan air liur ke dalam kekuatan dirinya untuk menghilangkan pengaruh kekuatan-kekuatan jahat dan bisa. Semakin kuat hati yang dimilliki seseorang, semakin kuat ruqyahnya. Ada rahasia lain di balik penggunaan air liur dan tiupan, yang juga digunakan oleh kekuatan-kekuatan jahat. Allah berfirman:

Dan dari kejahatan wanita-wanita penyihir ketika mereka meniup dalam buhul-buhul. (QS. Al-Falaq: 4)

Tubuh sangat terpengaruh oleh apa yang dialami hati. Karena itu, meniupkan udara dan meludah berfungsi meningkatkan pengaruh dari apa yang dirasakan dan diniatkan hati. Para tukang sihir mengikatkan buhul-buhul, lalu meniupkan mantra-mantra sihir ke dalamnya, yang menimbulkan pengaruh pada korban meskipun korban mungkin ada di kejauhan. Dengan cara ini, roh jahat membantu mentransfer mantra-mantra sihir dan pengaruhnya pada korban. Ketika roh baik membalas dengan ruqyah dan kemudian meniup ke dalam diri korban, maka roh yang lebih kuat akan menang. Pertempuran antara roh-ruh baik dan roh jahat adalah pertempuran yang benar-benar terjadi di antara manusia. Kekuatan-kekuatan spiritual pada dasarnya menggunakan dan mengerahkan tubuh dalam pertempuran-pertempuran mereka melawan satu sama lain. Orang yang hanya peduli pada dunia materi tidak akan merasakan pertempuran hebat ini, karena ia terkungkung

pada lingkungan yang ia percayai, yaitu dunia materi. Ia menjauh dari dunia kekuatan spiritual dan pengaruhnya terhadap umat manusia.

Ketika roh cukup kuat, menghayati pengaruh dan makna yang terkandung dalam surah al-Fatihah, dibantu peniupan dan ludah, maka roh akan mampu melenyapkan kekuatan-kekuatan jahat itu. *Wallahu a'lam.*

BAB 4
MENGOBATI SENGATAN KALAJENGKING DENGAN RUQYAH

Ibnu Abi Syaibah dalam *Musnad*-nya meriwayatkan hadits Abdullah bin Mas'ud, ia berkata: "Ketika Rasulullah s.a.w sedang sujud dalam shalat, seekor kalajengking menyengat jari tangan beliau. Maka Rasulullah keluar dan berkata, 'Semoga Allah melaknat kalajengking. Ia tidak membedakan antara seorang Nabi dan orang lain.' Kemudian Rasulullah minta diambilkan bejana yang berisi air dan garam, lalu merendam bagian yang disengat itu di dalam bejana tersebut sambil membaca: *qul huwallahu ahad* dan *muawwidzatain* hingga rasa sakitnya hilang."

Surah al-Ikhlas mengandung inti keimanan dan keyakinan, berbagai aspek tauhid, menegaskan keesaan Allah yang menuntut penafikan semua bentuk syirik terhadap-Nya. Surah al-Ikhlas juga menuntut penegasan bahwa Allah merupakan tempat bergantung bagi makhluk-makhluk-Nya, bersama dengan penegasan tentang kesempurnaan-Nya, maka makhluk memohon kepada Allah untuk setiap kebutuhannya. Surah ini juga menafikan bahwa Allah memiliki bapak, anak, atau sekutu. Sehingga surah ini menyamai sepertiga Al-Qur'an. Nama Allah *ash-Shamad* (Tempat Bergantung) dalam surah ini meliputi setiap jenis kesempurnaan, mengingkari bahwa Allah memiliki tandingan dan saingan, sedangkan nama Allah *al-Ahad* (Maha

Esa) juga mengingkari segala bentuk sekutu Allah. Ini merupakan tiga landasan penting tauhid (keesaan Allah dalam ketuhanan-Nya, ibadah, serta dalam nama-nama dan sifat-sifat-Nya).

Dua surah yang disebut *Mu'awwidzatain* (surah Al-Falaq dan An-Nas) mengandung permohonan perlindungan dari setiap jenis kejahatan dan bahaya. Memohon perlindungan dari segala kejahatan makhluk baik fisik atau spiritual. Memohon perlindungan dari malam ketika bulan terbenam, memohon perlindungan dari jiwa-jiwa jahat yang bergentayangan pada malam hari, yang cahayanya terhalang oleh sinar matahari pada siang hari. Inilah sebabnya ketika kegelapan sirna dan bulan terbenam, kekuatan-kekuatan jahat menghilang. Memohon perlindungan dari wanita-wanita tukang sihir yang mengikatkan buhul-buhul dan meniupnya termasuk memohon perlindungan dari kejahatan semua penyihir dan sihir mereka. Memohon perlindungan dari para pendengki bermakna memohon perlindungan dari jiwa-jiwa busuk yang menimbulkan bahaya melalui tubuh-tubuh dan penglihatan mereka. Surah an-Nas mengandung permohonan perlindungan dari kejahatan manusia dan jin. Dua surah *mu'awwidzatain* mengandung permohonan perlindungan dari semua jenis kejahatan. Oleh sebab itu, surah-surah itu memiliki manfaat besar sebagai perisai menghadapi kejahatan. Inilah sebabnya Rasulullah berpesan kepada 'Uqbah bin Amir untuk membaca surah-surah itu setelah selesai setiap shalat, sebagaimana diriwayatkan at-Tirmidzi. Anjuran Rasulullah s.a.w ini mengandung rahasia dan manfaat besar untuk membantu menolak seluruh jenis kejahatan di antara waktu-waktu shalat. Rasulullah s.a.w juga melukiskan *mu'awwidzatain* ketika bersabda, "Tak ada permohonan perlindungan yang lebih baik daripada permohonan perlindungan dengan kedua surah itu."

Diriwayatkan bahwa Nabi s.a.w pernah menjadi korban sihir. Sihir itu mengandung sebelas buhul. Lalu Jibril turun membawa kedua surah ini. Nabi s.a.w membacanya, dan setiap kali beliau membaca kedua surah ini satu buhul terputus, demikian seterusnya sampai semua buhul

terputus, seolah-olah beliau baru saja lepas dari ikatan.

Unsur pengobatan alami dalam hadits ini adalah garam, yang sangat berguna untuk mengobati banyak jenis racun, terutama sengatan kalajengking. Penulis *al-Qanun* berkata, "Garam dapat digunakan dengan campuran bubuk kain linen (rami) untuk mengobati sengatan kalajengking." Para ahli kesehatan lain juga menyebutkan hal ini.

Garam mengandung energi penyedot dan pelarut sehingga dapat menyedot dan melarutkan racun. Karena sengatan kalajengking mengandung unsur api, maka ia perlu didinginkan, disedot dan dikeluarkan. Komposisi antara air yang bersifat mendinginkan panas sengatan dan garam yang dapat menyedot dan mengeluarkan racun merupakan terapi yang praktis dan manjur. *Wallahu a'lam.*

Imam Muslim dalam *Shahih*-nya meriwayatkan hadits Abu Hurairah yang berkata: "Ada seorang lelaki datang menemui Rasulullah s.a.w lalu berkata, 'Wahai Rasulullah! Tadi malam aku disengat kalajengking!' Beliau bersabda, 'Jika setiap sore engkau membaca:

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَا خَلَقَ؛ لَمْ يَضُرَّكَ

Aku berlindung kepada Allah dengan kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kejahatan makhluk yang Dia ciptakan, niscaya sengatan itu tidak akan membahayakanmu.'"

Perlu diketahui bahwa obat-obatan ilahiyah dapat mengobati penyakit yang sudah menyerang maupun menangkal penyakit sebelum datang. Seandainya penyakit tetap datang, ia tidak akan membahayakan. Ramuan alami hanya dapat melawan penyakit yang sudah menyerang. *Ta'awudz* dan dzikir dapat mencegah datangnya penyakit, bisa dengan cara menghalangi datangnya pengaruh penyakit tersebut tergantung tingkat kesempurnaan orang yang membaca *ta'awudz* itu, kekuatan dan kelemahannya. Ruqyah dan *ta'awudz* dapat digunakan untuk menjaga kesehatan dan menghilangkan penyakit.

Mengenai fungsi mencegah penyakit, disebutkan dalam *Shahihain* dari hadits Aisyah, ia berkata: "Biasanya jika Rasulullah hendak tidur di pembaringan, beliau meniup kedua telapak tangannya dengan mengucapkan *qulhuwallahu ahad* dan *muawwidzatain*, kemudian mengusapkan telapak tangan itu ke wajah dan sekujur tubuh beliau."

Disebutkan juga dalam hadits Abu Darda mengenai *ta'awudz*:

اَللّٰهُمَّ أَنْتَ رَبِّي، لاَ إِلَـــهَ إِلاَّ أَنْتَ، عَلَيْكَ تَوَكَّلْتُ وَأَنْتَ رَبُّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ.

"Ya Allah, Engkau adalah Rabb-ku, tidak ada yang berhak disembah melainkan Engkau. Hanya kepada-Mu aku bertawakal, dan Engkau adalah Rabb dari Arasy yang agung."

Sebelumnya telah disebutkan di dalamnya terdapat kalimat, "Barangsiapa membacanya di waktu pagi, maka ia tidak akan terkena musibah hingga waktu sore. Dan barangsiapa membacanya di waktu sore, ia tidak akan terkena musibah hingga waktu malam."

Dalam *Shahihain* disebutkan: "Barangsiapa membaca dua ayat dari surah Al-Baqarah dalam suatu malam, maka dua ayat itu cukup baginya."

Imam Muslim dalam *Shahih*-nya meriwayatkan bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Barangsiapa singgah di suatu rumah lalu membaca:

مَنْ نَزَلَ مَنْزِلاً، فَقَالَ: أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّاتِ مِنْ شَرِّ مَـــا خَلَقَ؛ لَمْ يَضُرَّهُ شَيْءٌ حَتَّى يَرْتَحِلَ مِنْ مَنْزِلِهِ ذَلِكَ

'Aku berlindung kepada Allah dengan kalimat-kalimat-Nya yang sempurna dari kejahatan setiap makhluk-Nya', ia tidak akan terkena musibah hingga meninggalkan rumah tersebut."

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa bila Rasulullah

s.a.w hendak melakukan perjalanan di waktu malam, beliau membaca:

يَا أَرْضُ؛ رَبِّى وَرَبُّكِ اللهُ ؛ أَعُوْذُ بِاللهِ مِنْ شَرِّكِ وَشَرِّ مَا فِيْكِ، وَشَرِّ مَا يَدِبُّ عَلَيْكِ ؛ أَعُوْذُ بِاللهِ مِنْ أَسَدٍ وَأَسْوَدَ، وَمِنَ الْحَيَّةِ وَالْعَقْرَبِ، وَمِنْ سَاكِنِ الْبَلَدِ، وَمِنْ وَالِدٍ وَمَا وَلَدَ.

"Wahai bumi! Tuhanku dan Tuhanmu adalah Allah. Aku berlindung kepada Allah dari kejahatanmu dan kejahatan segala yang ada padamu serta kejahatan segala makhluk yang merayap di atasmu. Aku berlindung kepada Allah dari bahaya singa dan jin, dari bahaya ular dan kalajengking, dari bahaya penduduk negeri, dari bahaya ayah dan anak."

Mengenai fungsi mengobati penyakit telah disebutkan sebelumnya, yaitu berupa ruqyah dengan membaca al-Fatihah, membaca ruqyah untuk mengobati sengatan kalajengking dan binatang berbisa. Pembahasan lain ada di bab selanjutnya.

BAB 5
MENGOBATI NAMLAH (PENYAKIT SEMUT)

DALAM hadits yang diriwayatkan oleh Anas ra dalam *Shahih* Muslim disebutkan bahwa Rasulullah s.a.w membolehkan penggunaan ruqyah untuk mengobati setiap jenis sihir, mata jahat dan namlah.

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa ash-Shifa binti Abdullah berkata, "Rasulullah s.a.w datang sewaktu saya bersama Hafshah dan berkata, 'Mengapa engkau tidak mengajari Hafshah (istri Rasulullah) *ruqyah namlah* sebagaimana engkau mengajarinya menulis?'"

Namlah, yang secara harfiah berarti 'semut', adalah sejenis koreng di antara kedua kening. Namlah merupakan penyakit terkenal pada masa itu. Penyakit ini menyebabkan sejenis sengatan pada bagian tubuh yang terserang, sehingga orang mengira seekor semut sedang merayap di tubuhnya dan menggigitnya. Terdapat tiga jenis penyakit Namlah.

Ibnu Qutaibah dan ulama lain menyatakan: Kalangan Majusi meyakini bahwa tubuh semut yang ditumbuk dapat menjadi obat bagi anak yang terkena penyakit semut. Seorang penyair mengungkapkan:

> *Tidak ada salah kami, kecuali karena penyakit semut yang menyerang sebagian orang mulia, sementara kami tidak biasa membunuh semut.*

Al-Khallal meriwayatkan bahwa ash-Shifa binti Abdullah selalu membaca ruqyah namlah pada masa sebelum Islam. Ketika ia berhijrah mengikuti Rasulullah s.a.w ke Madinah, setelah dibai'at di Mekah, ia berkata, "Wahai Rasulullah, saya selalu membaca ruqyah namlah pada masa jahiliah dan saya akan membacakannya untuk engkau." Ia membacakannya untuk Rasulullah,

بِسْمِ اللّٰهِ صَلْتٌ

"Dengan nama Allah, semoga bahaya tersingkir dan kembali ke tempat asalnya tanpa membahayakan siapa pun.

Ya Allah, hilangkanlah bahaya, wahai Tuhannya manusia." Ia selalu membacakannya pada ranting kayu yang bersih sebanyak tujuh kali, memilih tempat yang bersih, menggosok-gosokkan ranting itu di atas batu yang bersih dengan lumuran cuka keras dan selanjutnya meminyaki bagian yang terserang penyakit itu. Hadits tersebut juga mengandung dalil dibolehkannya mengajar kaum wanita membaca dan menulis.

BAB 6
MENGOBATI GIGITAN ULAR

KAMI telah mengemukakan hadits yang menerangkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Tak ada ruqyah yang lebih bermanfaat dibandingkan dengan ruqyah untuk mata jahat dan sengatan binatang berbisa."

Ibnu Majah berkata bahwa Aisyah ra meriwayatkan, "Rasulullah s.a.w membolehkan penggunaan ruqyah untuk sengatan kalajengking dan gigitan ular." Ibnu Shihab as-Zuhri meriwayatkan, "Salah seorang sahabat Rasulullah digigit ular. Rasulullah s.a.w bertanya, 'Adakah orang yang dapat membaca ruqyah?' Mereka menjawab, 'Wahai Rasulullah, Bani al-Hazm selalu membaca ruqyah untuk gigitan ular, namun mereka meninggalkan amalan tersebut setelah engkau melarang penggunaan ruqyah.' Nabi s.a.w berkata, 'Panggillah Umarah bin Hazm.' Setelah dipanggil, Umarah membacakan ruqyahnya kepada Rasulullah s.a.w yang berkata bahwa tidak apa-apa membacanya. Rasulullah s.a.w membolehkan menggunakan ruqyah, dan Umarah membacakan ruqyah untuk korban gigitan ular."

BAB 7
MENGOBATI KORENG DAN LUKA

DALAM *Shahihain* diriwayatkan bahwa Aisyah ra berkata, "Jika seseorang mengeluhkan koreng atau luka, Rasulullah s.a.w meletakkan jarinya di tanah (setelah memasukkan jari itu ke mulutnya) sambil membaca:

بِاسْمِ اللَّهِ تُرْبَةُ أَرْضِنَا بِرِيقَةِ بَعْضِنَا لِيُشْفَى سَقِيمُنَا بِإِذْنِ رَبِّنَا

Dengan nama Allah, melalui tanah yang lembab dengan air liur kami, sembuhkan orang sakit ini dengan izin Tuhan kami.

Ini adalah pengobatan yang mudah dan bermanfaat untuk berbagai koreng dan luka baru, terutama jika tidak ada obat lain. Tanah, yang bersifat dingin dan kering yang ada di seluruh dunia dapat mengeringkan kelembaban koreng atau luka. Kelembaban ini menghalangi proses alamiah penyembuhan yang cepat, terutama di daerah panas. Karena sebagian besar koreng dan luka dibarengi demam panas, cuaca panas akan menambah rasa sakit terutama bagi orang-orang yang sensitif terhadap panas. Tanah murni, setelah dicuci dan dikeringkan, sangat efektif untuk meredakan panas yang disebabkan oleh luka. Karena tanah murni mempunyai sifat dingin dan kering, bahkan lebih dingin dibandingkan dengan obat-obatan yang paling efektif. Karena merupakan bahan pengering yang kuat melawan kelembaban, tanah murni dapat membantu mengeringkan

kelembaban koreng dan luka agar tidak membesar. Tanah murni membantu mendinginkan panas dalam organ yang sakit sehingga memperkuat kekuatan resistensi, dengan demikian, atas izin Allah, menyembuhkan penyakit.

Hadits tersebut menunjukkan cara mengobati luka dengan cara membasahi jari dengan air liur, kemudian jari yang basah itu diletakkan di atas tanah murni, sehingga sebagian tanah menempel di jari. Kemudian jari diletakkan di bagian tubuh yang sakit atau luka. Langkah berikutnya adalah membaca doa sebagaimana disebutkan dalam hadits. Praktik ini merupakan gabungan antara berkah penyebutan nama-nama Allah, menyerahkan seluruh masalah hanya kepada Dia dan penambahan obat dengan doa yang dapat menjadikan obat lebih manjur.

Ada dua pendapat mengenai pernyataan Rasulullah, "Tanah negeri kami", apakah bermakna tanah seluruh bumi ataukah tanah di Madinah. Memang beberapa jenis tanah merupakan obat yang lebih manjur bagi berbagai penyakit dibandingkan tanah dari wilayah lain. Galenius berkata, "Di Alexandria, saya melihat beberapa penderita penyakit busung dan lever menggunakan tanah liat Mesir untuk dibalurkan di kaki, paha, tangan, punggung dan rusuk. Mereka memperoleh kesembuhan dari obat ini." Ia menambahkan, "Karena itu, salep dari tanah berlumpur dapat menyembuhkan bengkak yang busuk, radang tenggorokan dan beri-beri." Ia melanjutkan, "Saya mengenal beberapa orang yang tubuhnya telah membengkak disebabkan beri-beri dan mereka sembuh dengan obat yang menggunakan tanah. Ada juga orang lain yang menggunakan tanah untuk menyembuhkan penyakit busung lapar. Ternyata, penyakit itu sembuh." Pengarang kitab *Al-Kitab Al-Masihi* berkata, "Tanah yang diimpor dari wilayah Kunus –kepulauan Mushthaki– merupakan pembersih efektif dan menumbuhkan kembali daging pada luka dan mengeringkan koreng.

Jika berbagai tanah memiliki efek penyembuhan, bagaimana dengan tanah dari wilayah terbaik dan paling diberkati di atas

permukaan bumi ini (Mekah dan Madinah), terutama setelah bercampur dengan air liur Rasulullah? Nilai tambah dari rahmat ini adalah doa Rasulullah yang menyebut nama Tuhan dan menghubungkan segala hal kepada-Nya. Ruqyah meningkat kekuatannya sesuai dengan kekuatan keimanan orang yang membacanya dan reaksi orang yang sakit terhadap ruqyah. Tak ada dokter Muslim yang berakal dapat mengingkari fakta ini.

BAB 8
MENGOBATI RASA SAKIT

Imam Muslim dalam *Shahih*-nya meriwayatkan hadits Utsman bin Abil yang berkata bahwa ia pernah mengeluh kepada Rasulullah mengenai rasa sakit di tubuhnya sejak ia masuk Islam. Maka Nabi s.a.w bersabda, "Letakkan tanganmu di atas bagian tubuh yang sakit, lalu bacalah bismillah tiga kali dan bacalah doa berikut ini sebanyak tujuh kali:

أَعُوْذُ بِعِزَّةِ اللهِ وَقُدْرَتِهِ ، مِنْ شَرِّ مَا أَجِدُ وَأُحَاذِرُ.

Aku berlindung dengan kemuliaan dan kekuasaan Allah dari keburukan yang kudapati dan yang kukhawatirkan akan terjadi.

Terapi ini mengandung beberapa hal, antara lain: Menyebut nama Allah, menyerahkan urusan kepada-Nya, memohon perlindungan dengan kemuliaan dan kekuasaan-Nya dari rasa sakit. Kesemuanya dapat menghilangkan rasa sakit. Doa itu akan lebih manjur jika diulang-ulang, sebagaimana obat akan lebih manjur jika diminum berulang-ulang. Bilangan tujuh mengandung keistimewaan yang tidak dimiliki bilangan lain.

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Nabi s.a.w pernah menjenguk keluarganya yang sedang sakit. Beliau mengusap tubuh si sakit dengan tangan kanan beliau sambil mengucapkan:

اَللّٰهُمَّ رَبَّ النَّاسِ ، أَذْهِبِ الْبَأْسَ: وَاشْفِ أَنْتَ الشَّافِى، لاَ شِفَاءَ إِلاَّ شِفَاؤُكَ، شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا.

Ya Allah, Rabb sekalian manusia. Lenyapkan rasa sakitnya, berikan dia kesembuhan karena Engkau adalah Yang Maha Menyembuhkan, tidak ada kesembuhan melainkan karena pertolongan-Mu; kesembuhan yang tidak diiringi dengan sakit lain.

Dalam ruqyah ada *tawasul* kepada Allah dengan kesempurnaan Rububiyah dan rahmat-Nya untuk mendapatkan kesembuhan, karena memang Allah-lah yang memberikan kesembuhan. Maka ruqyah ini mengandung *tawasul* kepada Allah dengan tauhid, ihsan dan Rububiyah-Nya.

BAB 9
MENGOBATI SHOCK AKIBAT BENCANA DAN MUSIBAH

Allah berfirman;

> *"Sampaikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, yaitu orang-orang yang apabila tertimpa musibah, mereka berkata, 'Innalillahi wa innaa ilaihi raaji'un (sesungguhnya kami adalah milik Allah dan sesungguhnya kepada-Nya kami akan kembali).' Mereka adalah orang-orang yang mendapat shalawat (yaitu diberkati dan diampuni) dari Tuhan mereka, (mereka adalah orang-orang yang) mendapat rahmat-Nya, dan orang-orang yang mendapat petunjuk." (QS. Al-Baqarah: 155-157)*

Dalam *Musnad* Ahmad diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika ada orang yang tertimpa suatu musibah, berkatalah:

> *Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan sesungguhnya kepada-Nya kami akan kembali. Ya Allah, berikanlah ganjaran kepadaku dalam musibah yang menimpaku dan gantikanlah untukku apa yang lebih baik darinya.*

Maka Allah akan memberikan ganjaran atas musibahnya dan akan menggantikan untuknya apa yang lebih baik."

Kata-kata yang terkandung dalam hadits tersebut (ucapan *innalillahi wa inna ilaihi rajiun* dan doa di atas) adalah obat yang

benar-benar ampuh bagi orang-orang yang tertimpa musibah. Kalimat ini mengandung dua aspek utama yang jika hamba-hamba Allah mengetahuinya dengan baik, maka mereka akan terhibur dari *shock* akibat musibah itu. Pertama, seorang hamba Allah, keluarga dan kekayaannya adalah milik Allah yang dititipkan kepadanya. Jika Allah mengambil kembali titipan itu, maka Dia merupakan pemilik yang mengambil kembali apa yang menjadi milik-Nya. Apa pun yang diberikan Allah kepada seorang hamba didahului dan diikuti dengan ketidakadaan. Hamba hanya menerima kepemilikan sementara dari apa-apa yang diberikan ketika pemberian-pemberian itu menjadi nyata. Hamba Allah tidak pernah menciptakan apa pun yang mereka miliki. Mereka bukan pemilik yang sesungguhnya. Mereka juga tak mampu melindungi kepemilikan dan kekayaan mereka. Karena itu, para hamba Allah hanyalah individu-individu yang dipekerjakan untuk melakukan apa yang diperintahkan, karena mereka bukan pemilik yang sesungguhnya.

Kedua, hamba Allah akan kembali kepada Allah, Tuhan yang sesungguhnya. Cepat atau lambat, mereka akan meninggalkan kehidupan ini, kembali kepada Allah dalam keadaan sebagaimana ketika Dia menciptakan mereka pertama kali: tak punya apa-apa, tanpa istri, keluarga, kekayaan atau suku. Hanya amal baik dan buruklah yang akan menjadi milik para hamba Allah. Karena segalanya, awal dan akhirnya, adalah milik Allah, para hamba Allah tidak boleh berbangga dengan milik mereka atau bersedih jika mereka kehilangan. Jika para hamba Allah merenungkan awal dan akhir kehidupan mereka, maka pemikiran ini akan membantu mengusir kesedihan dan depresi karena kehilangan sesuatu.

Kesedihan dan depresi akan hilang jika para hamba Allah menyadari seyakin-yakinnya bahwa mereka tidak punya kekuatan untuk menghindari segala yang telah menimpa mereka, juga tak dapat mengadakan apa pun yang tidak ditakdirkan untuk mereka. Allah berfirman, *"Tak ada musibah yang terjadi di bumi atau pada*

diri kalian kecuali telah tertulis dalam kitab (Lauh Mahfuuz) sebelum Kami menciptakannya, sesungguhnya hal itu mudah bagi Allah. Agar kalian tidak berputus asa atas apa yang luput dari kalian dan agar kalian tidak bergembira dengan apa yang diberikan kepada kalian. Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong dan berbangga diri." (QS. Al-Hadid: 22-23)

Kesedihan mendalam akibat suatu musibah dapat hilang jika hamba Allah menyadari ada anugerah Allah yang lebih baik dan kekal di akhirat. Allah menjanjikan sesuatu yang lebih baik dibandingkan apa yang telah hilang dari mereka, dengan syarat mereka harus bersabar menghadapi musibah. Jika Allah menghendaki, Dia dapat menciptakan musibah yang lebih besar dan lebih berat lagi.

Guncangan akibat musibah juga dapat dihilangkan dengan mengamati orang lain di sekitarnya dan menyadari bahwa ke mana pun orang memandang, ke kanan atau kiri, ia akan melihat musibah. Jika seseorang menyelidiki seluruh dunia ini, ia akan melihat bahwa semua manusia mengalami satu atau lain musibah: misalnya kehilangan orang yang dicintai atau ditimpa bencana. Ia juga akan menyadari bahwa kebahagiaan dunia ini ibarat kilasan mimpi atau bayangan yang berkelebat.

Kehidupan dunia ini memberikan kebahagiaan, namun dibarengi tetesan air mata kesedihan. Kehidupan dunia ini memberikan kesenangan pada suatu hari, namun dapat mengakibatkan bencana jangka panjang. Kehidupan ini memberikan kesenangan, namun kesenangan ini dapat mencegah kesenangan berikutnya untuk muncul dalam waktu lama. Tak ada rumah dipenuhi dengan berbagai kebaikan, kecuali akan segera dipenuhi dengan cobaan. Jika kehidupan ini memberi kebahagiaan pada suatu hari, maka kehidupan ini akan menyembunyikan kesedihan hari-hari yang akan datang.

Ibnu Mas'ud berkata, "Setiap kesenangan akan diikuti dengan kesedihan, tak ada rumah yang dipenuhi dengan kesenangan, kecuali akan segera dipenuhi dengan kesedihan."

Ibnu Sirin berkata, "Tak ada tawa kecuali tangis akan menggantikannya."

Hindun binti an-Nu'man berkata, "Suatu waktu, kami termasuk orang yang sangat berkuasa dan sangat mulia. Namun sebelum matahari terbenam, kami telah menjadi orang yang sangat hina. Sudah menjadi janji Allah bahwa Dia tidak akan memenuhi suatu rumah dengan kesenangan kecuali segera akan memenuhinya dengan kesusahan."

Seorang lelaki meminta Hindun untuk menceritakan kisahnya. Hindun berkata, "Saat itu, tak ada orang Arab kecuali sangat mengharap kebaikan kami. Ketika malam tiba, semua orang Arab merasa kasihan kepada kami."

Saudara perempuannya, Hurqah, pernah menangis pada waktu mereka menjadi orang terhormat. Ketika ditanya mengapa ia menangis, apakah ada yang telah mengganggunya, ia berkata, "Tidak. Aku melihat bahwa keluargaku sedang menikmati kesenangan. Padahal, tak ada rumah yang dipenuhi kesenangan kecuali setelah itu akan dipenuhi dengan duka-cita."

Ishaq bin Talhah berkata, "Saya menemui Hurqah pada suatu hari dan bertanya kepadanya, 'Apa yang engkau ketahui tentang kisah kehidupan para raja?' Ia berkata, 'Apa yang kita nikmati hari ini tidak lebih baik daripada apa yang kita nikmati kemarin. Kita membaca dalam kitab-kitab bahwa tak ada orang dari suatu rumah dapat menikmati kebahagiaan kecuali setelah itu akan diuji dengan cobaan. Zaman tidak akan memperlihatkan manusia suatu hari penuh kesenangan kecuali akan menyembunyikan hari lain yang mereka benci.'" Ia melanjutkan seraya bekata dalam bait-bait syairnya:

Saat kami punya banyak massa dan kami menjadi penguasa, ternyata kami hanyalah kemudi yang mengikuti arus saja.

Hus, terkutuklah dunia yang kenikmatannya tidak kekal selamanya, bagaikan roda berputar membawa kita dan mengarah entah ke mana.

Menyembuhkan kesedihan akibat bencana atau musibah juga dapat dilakukan dengan menyadari bahwa sekedar rasa duka cita tak akan menghindarkan musibah tapi justru akan memperhebatnya.

Menghilangkan duka cita juga dapat dilakukan dengan menyadari bahwa kehilangan pahala sikap sabar dan ridha merupakan musibah yang jauh lebih besar daripada musibah itu sendiri. Pahala itu sendiri adalah shalat, rahmat dan hidayah yang Allah janjikan bagi orang yang sabar.

Orang juga perlu menyadari bahwa duka cita mendatangkan kesenangan bagi musuh, kesedihan bagi para sahabat, kemurkaan bagi Tuhan, kesenangan bagi setan, keguguran pahala dan kelemahan bagi hati. Sebaliknya, sikap sabar dan ridha dapat mengusir setan dan mengalahkan gerombolan-gerombolannya, membuat Allah ridha, mendatangkan kesenangan kepada sahabat-sahabatnya dan kesedihan bagi musuh. Orang akan mengungkapkan simpati kepada para sahabatnya daripada para sahabatnya kepada dirinya. Ini merupakan kesempurnaan dan keteguhan, bukan malah menampar pipi, mengucapkan kata-kata kotor dan memaki takdir Allah.

Menghilangkan duka cita setelah bencana menimpa juga dapat dilakukan melalui kesadaran bahwa sikap sabar dan ridha dapat mendatangkan kebahagiaan, kedamaian dan kenikmatan yang jauh lebih besar daripada kehilangan yang dialami. Hamba yang sabar akan meraih tempat kediaman agung di surga sebagai pahala karena ia memuji Tuhannya dan menyerahkan semua urusan kepada-Nya. Orang perlu merenungkan bencana lebih besar yang akan dideritanya atau kehilangan pahala yang akan ia raih di alam keabadian karena kesabarannya.

At-Tirmidzi dalam *Sunan*-nya mengisahkan dari Rasulullah s.a.w yang bersabda, "Pada hari kiamat, sebagian orang menginginkan agar kulit-kulit mereka dikelupas dengan pisau di dunia ini, karena mereka menyaksikan betapa besar pahala yang akan diperoleh orang yang menanggung musibah dengan sikap sabar."

Sebagian ulama salaf pernah berkata, "Jika bukan karena musibah kehidupan dunia ini, kita akan mengalami kebangkrutan pada hari kiamat."

Cara lain menghilangkan kecemasan dan duka-cita adalah menumbuhkan perasaan ridha dalam mencari pahala dari Allah, karena segalanya dapat digantikan kecuali ridha Allah. Pengobatan ini juga menuntut kesadaran bahwa apa yang kita peroleh dari musibah tergantung pada sikap kita terhadap musibah itu. Jika orang ridha menerima musibah ia akan meraih ridha Allah, sedangkan orang yang tidak ridha akan mendapat murka Allah. Musibah akan mempengaruhi seseorang sejauh mana ia menerimanya. Ia tinggal memilih antara pahala terbaik atau konsekuensi yang paling buruk. Jika orang tidak ridha dan tidak percaya, ia akan tercatat sebagai orang-orang yang celaka. Jika orang merasa berduka dan meninggalkan kewajiban atau melakukan larangan, ia akan tercatat sebagai orang-orang yang lalai. Jika orang mengeluh atau tidak bersabar atas suatu musibah, ia akan tercatat sebagai orang yang zalim pada diri sendiri. Jika orang menolak keputusan Allah dan meragukan kebijakan-Nya, ia telah mengetuk pintu kemunafikan atau ia telah memasukinya. Jika orang bersabar dan tabah karena Allah, ia akan tercatat sebagai orang beriman dan ridha. Jika orang memuji dan bersyukur kepada Allah, ia akan tercatat sebagai hamba Allah yang bersyukur dan akan dihimpun di bawah panji-panji orang-orang yang memuji Allah. Jika musibah mendorong orang untuk merasakan kerinduan bertemu Allah, ia akan tercatat sebagai orang yang tulus mencintai Allah.

Dalam *Musnad* Ahmad dan *Sunan* At-Tirmidzi diriwayatkan dari hadits Mahmud bin Labid bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Sesungguhnya jika Allah mencintai suatu kaum, Ia akan menguji mereka dengan cobaan-cobaan. Jika mereka ridha, mereka akan memperoleh ridha Allah. Jika mereka murka, mereka akan mendapat murka Allah."

Menghilangkan duka cita juga memerlukan pengetahuan.

Betapapun beratnya musibah yang dirasakan seseorang, cepat atau lambat, ia akan bersabar juga. Tetapi ia tidak akan mendapat pahala karena kesabaran yang tidak terpuji ini.

Orang bijak pernah berkata, "Pada hari pertama musibah datang, seorang bijak akan berbuat seperti orang bodoh berbuat pada hari-hari kemudian. Barangsiapa tidak bersabar dengan kesabaran yang mulia maka ia akan bergembira seperti bergembiranya binatang ternak."

Dalam *Shahih* diberitakan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Kesabaran yang sesungguhnya adalah pada saat serangan pertama musibah."

Al-Ash'ath bin Qays berkata, "Amalkan kesabaran dengan keimanan dan nantikan pahala dari Allah semata. Jika tidak, engkau hanya akan bergembira sebagaimana bergembiranya binatang ternak."

Di antara cara untuk mengobati duka cita adalah bahwa orang harus menyadari bahwa pengobatan yang paling manjur bagi seseorang adalah melakukan sesuatu yang sesuai pilihan Tuhan yang diberikan kepadanya, karena rahasia di balik cinta adalah orang yang mencintai ridha dengan kekasihnya. Orang yang mengaku mencintai, tetapi tidak setuju dengan keinginan orang yang dicintai dan mencari hal-hal yang tidak disukainya akan membuat murka sang kekasih dan ini bukti kepalsuan cintanya.

Abu Darda pernah berkata, "Ketika Allah memutuskan suatu urusan, Dia senang jika keputusan-Nya diterima." Imran bin al-Hushain berkata dalam *Al-'Illah*, "Apa yang paling dicintai Allah, itulah yang paling aku cintai." Abu al-Aliyah juga mengatakan hal yang sama. Pengobatan ini hanya berguna bagi orang yang memiliki cinta tulus kepada Allah dan tidak berguna bagi orang yang tidak memiliki cinta tulus itu.

Cara lain untuk menghilangkan duka cita adalah membandingkan mana yang membuat lebih bahagia dan lebih langgeng: kenikmatan sesuatu yang hilang atau kebahagiaan menerima pahala dari Allah. Jika orang memperoleh sesuatu yang lebih unggul, ia seharusnya bersyukur

kepada Allah. Jika orang memilih yang lebih sedikit dari keduanya, hendaklah ia menyadari bahwa penderitaan yang menimpa pikiran, hati dan agamanya melebihi penderitaan karena musibah.

Perlu juga disadari bahwa Dia yang menguji hamba-Nya dengan penderitaan adalah Dia yang Maha Bijak dan Maha Penyayang. Dia menguji hamba-Nya dengan penderitaan bukan untuk membinasakan, menghukum atau menundukkannya. Lebih dari itu, penderitaan adalah ujian bagi kesabarannya, keridhaannya terhadap Allah dan keimanannya. Allah ingin mendengar rintihan, doa-doa dan ketundukan seorang hamba di hadapan-Nya, memohon perlindungan kepada-Nya, kerendahan hati di hadapan-Nya dan pengaduan atas keluhan-keluhannya kepada-Nya.

Syeikh Abdul Qadir berkata, "Anakku, musibah menimpa bukan untuk menghancurkanmu, tetapi sebagai ujian atas kesabaran dan keimananmu. Anakku, nasib itu ibarat seekor singa dan singa tidak akan memakan bangkai." Penderitaan adalah seperti hembusan angin bagi seorang beriman yang membersihkan dirinya dari kotoran-kotoran. Atau seperti peniup api pandai besi untuk menempa amalannya agar menjadi baik seperti emas atau menjadi benda busuk tak berguna. Seorang beriman tinggal memilih apakah akan menjadi emas murni atau benda busuk! Jika tiupan itu tidak memberikan manfaat bagi hamba Allah dalam kehidupan ini, ia akan berhadapan dengan tiupan yang paling kuat, yaitu neraka. Seorang hamba harus menyadari bahwa ujian dengan tiupan angin di dunia ini lebih baik daripada tiupan angin akhirat! Seorang hamba tidak punya pilihan lain kecuali salah satu dari dua ujian tersebut. Mestinya ia menghargai rahmat Allah kepadanya berupa ujian di dunia ini.

Hal lain yang perlu disadari untuk menghilangkan duka cita adalah bahwa jika tidak diuji dengan penderitaan-penderitaan kehidupan ini, seorang hamba akan menjadi arogan, sombong dan keras hati yang akan menyebabkan kehancurannya. Merupakan rahmat dari Allah Yang Penyayang bahwa Dia menguji hamba-Nya dengan penderitaan-

penderitaan yang kadang berfungsi untuk mencegah perbuatan jahat. Dengan demikian, penderitaan ini memelihara kerutinan penghambaan seseorang kepada Allah. Penderitaan juga membuang unsur-unsur busuk dari sistemnya. Segala puji bagi Allah yang menurunkan rahmat melalui penderitaan-penderitaan dan yang menguji hamba-hamba-Nya dengan nikmat-nikmat yang Dia berikan.

Jika Allah tidak menguji hamba-hamba-Nya dengan penderitaan dan cobaan, niscaya mereka akan bersikap sombong dan akan berbuat zalim. Jika Allah ingin mencurahkan kebaikan bagi seorang hamba, Dia akan mengujinya dengan kesusahan dan penderitaan sesuai dengan tingkat keimanannya. Inilah cara Allah membersihkan hamba yang berlumuran dosa dan hawa nafsu, hingga mereka tersucikan dan terbimbing dengan benar. Setelah itu Allah mengangkatnya ke derajat tertinggi di dunia ini: menjadi hamba-Nya yang sejati. Dia juga akan memuliakan mereka dengan pahala terbaik dalam kehidupan akhirat: menatap wajah Allah dan berdekatan dengan-Nya.

Termasuk cara menghilangkan duka cita adalah menyadari bahwa kepahitan kehidupan dunia merupakan kemanisan kehidupan akhirat. Sebaliknya, kemanisan kehidupan dunia merupakan kepahitan kehidupan akhirat. Bertahan dalam kepahitan kehidupan dunia yang singkat ini demi meraih kemanisan abadi di akhirat tentu lebih baik daripada sebaliknya.

Jika orang tidak menyadari ini, mereka perlu merenungkan sabda Nabi yang jujur, "Surga dihiasi dengan hal-hal yang tidak menyenangkan dan neraka dihiasi dengan kesenangan-kesenangan hawa nafsu."

Untuk memahami ini akal manusia memang bertingkat-tingkat dan tingkat pemahamannya mencerminkan hakikat kemanusiaannya. Sebagian besar orang lebih menyukai kenikmatan sementara daripada kebahagiaan abadi, sehingga mereka tidak mampu menahan kepahitan sejenak demi kenikmatan yang selamanya, menghinakan diri sebentar demi kemuliaan abadi atau menahan cobaan sesaat demi keselamatan

tak terbatas. Karena bagi mereka, yang tampak oleh mata itulah yang sebenarnya, sedangkan yang akan datang hanyalah fatamorgana belaka. Ini karena keimanan mereka sangat lemah dan syahwat sudah menguasai mereka. Dari sinilah lahir kecenderungan untuk mendahulukan kehidupan dunia dan menolak kehidupan akhirat.

Itulah pandangan terhadap realitas yang hanya didasarkan pada manifestasi yang tampak. Adapun pandangan tajam yang dapat menembus realitas terbatas akan dapat mencapai berbagai akibat dan tujuan dari segala realitas yang ada, sehingga akan menghasilkan kesimpulan yang berbeda.

Karena itu, renungkan apa yang telah Allah siapkan bagi orang-orang yang taat pada-Nya—berupa kesenangan abadi, kebahagiaan yang kekal, dan puncak kesuksesan. Renungkan dan ingatlah siksaan, kesedihan abadi, dan penghinaan yang telah Allah siapkan bagi hamba-hamba-Nya yang durhaka dan melampaui batas. Kemudian pilihlah salah satu di antara dua pilihan itu yang ingin engkau peroleh dan cari, "*Setiap orang beramal sesuai dengan jalan pilihannya.*" (QS al-Isra': 84)

Setiap orang akan mencari yang cocok baginya dan apa yang layak diperolehnya. Jangan anggap remeh pengobatan-pengobatan yang disebutkan di sini. Karena, baik dokter maupun pasien, mutlak memerlukan penjelasan rinci. Semoga Allah memberikan taufik-Nya.

BAB 10
MENGOBATI KESEDIHAN DAN KEGUNDAHAN

DALAM *Shahihain* diriwayatkan dari hadits Ibnu Abbas bahwa Rasulullah s.a.w saat ditimpa kesusahan beliau biasa berdo'a:

لاَ إِلَــهَ إِلاَّ اللهُ الْعَظِيْمِ الْحَلِيْم، لاَ إِلَــهَ إِلاَّ اللهُ رَبُّ الْعَــرْشِ الْعَظِيْم، لاَ إِلَــهَ إِلاَّ اللهُ رَبُّ السَّــمَوَاتِ {السَّــبْعَ}، وَرَبُّ الْأَرْضِ، رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيْم.

Tiada Tuhan selain Allah Yang Maha Agung dan Maha Lembut, tiada Tuhan selain Allah, Tuhan tujuh lapis langit dan bumi, Tuhan Arasy yang mulia.

At-Tirmidzi dalam *Jami'*-nya meriwayatkan dari Anas bahwa apabila Rasulullah s.a.w merasa bersedih karena suatu hal, beliau mengucapkan:

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْم؛ بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ.

"Ya Allah Al-Hayyu (Yang Maha Hidup), Al-Qayyum (Yang Maha Terjaga), dengan rahmat-Mu aku memohon keselamatan."

Riwayat lain dari Abu Hurairah menyebutkan bahwa apabila Rasulullah s.a.w mengalami kegundahan karena suatu hal, beliau memandang ke arah langit sambil berkata:

سُبْحَانَ اللهِ الْعَظِيْمِ.

"Maha Suci Allah yang Maha Agung."

Namun, jika beliau bersungguh-sungguh sekali dalam doanya, beliau mengucapkan:

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ.

"Ya Hayyu ya Qayyum."

Abu Dawud meriwayatkan dalam *Sunan*-Nya bahwa Abu Bakar meriwayatkan Rasulullah s.a.w bersabda, "Inilah doa orang-orang yang tertimpa musibah:

اَللَّهُمَّ رَحْمَتَكَ أَرْجُوْ؛ فَلاَ تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِى طَرْفَةَ عَيْنٍ، وَأَصْلِحْ لِى شَأْنِي كُلَّهُ؛ لاَ إِلَـهَ إِلاَّ أَنْتَ

"Ya Allah, aku mengharapkan rahmat-Mu, janganlah Engkau serahkan aku pada diriku sendiri sekejap mata pun dan perbaikilah segala urusanku. Tak ada Tuhan selain Engkau."

Abu Dawud meriwayatkan Asma' binti Umais ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bertanya kepadanya, "Maukah kuajarkan engkau beberapa kalimat yang seharusnya engkau baca pada saat kesusahan?"

اَللَّـهُ رَبِّى لاَ أُشْرِكُ بِهِ شَيْئًا.

"Allah adalah Tuhanku, aku tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatu."

Imam Ahmad meriwayatkan dalam *Musnad*-nya bahwa Ibnu Mas'ud berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika seorang hamba dilanda kesedihan, lalu ia membaca:

مَا أَصَابَ عَبْدًا هَمٌّ وَلاَ حَزَنٌ—فَقَالَ: اَللَّهُمَّ إِنِّيْ عَبْدُكَ {ابْـــنُ عَبْدِكَ} ابْنُ أَمَتِكَ، نَاصِيَتِى بِيَدِكَ، مَاضٍ فِيَّ حُكْمُكَ، عَـــدْلٌ فِيَّ قَضَاؤُكَ؛ أَسْأَلُكَ بِكُلِّ اسْمٍ هُوَلَكَ، سَمَّيْتَ بِهِ نَفْسَكَ، أَوْ أَنْزَلْتَهُ فِى كِتَابِكَ، أَوْ عَلَّمْتَهُ أَحَدًا مِنْ خَلْقِكَ، أَوِ اسْتَأْثَرْتَ بِهِ فِى عِلْمِ الْغَيْبِ عِنْدَكَ؛ أَنْ تَجْعَلَ الْقُرْآنَ الْعَظِيْمَ رَبِيْعَ قَلْبِـــى، وَنُوْرَ صَدْرِيْ، وَجَلاَءَ حُزْنِيْ، وَذَهَابَ هَمِّى.—إِلاَّ أَذْهَـــبَ اللهُ حُزْنَهُ وَهَمَّهُ، وَأَبْدَلَهُ مَكَانَهُ فَرْحًا.

Ya Allah, sesungguhnya aku adalah hamba-Mu, putra hamba lelaki-mu, putra hamba wanita-Mu, ubun-ubunku berada dalam genggaman-Mu, keputusan-Mu tentang aku telah berlalu, ketetapan-Mu terhadapku adalah adil. Aku memohon kepada-Mu melalui setiap nama yang Engkau miliki dan Engkau namakan diri-Mu, atau yang Engkau ajarkan salah seorang dari Makhluk-Mu, atau yang Engkau simpan dalam ilmu ghaib di sisi-Mu, agar Engkau menjadikan Al-Qur'an yang agung sebagai mata air hatiku, sebagai cahaya dadaku, sebagai penyingkap kesedihanku dan penghapus kedukaanku.

Maka Allah akan menghilangkan kesedihannya dan menggantinya dengan kebahagiaan."

At-Tirmidzi meriwayatkan bahwa Sa'd bin Abi Waqqash meriwayatkan dari Rasulullah s.a.w yang bersabda, "Doa Nabi Yunus as kepada Tuhannya ketika berada dalam perut ikan hiu adalah:

لاَ إِلَـــهَ إِلاَّ أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّيْ كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِيْنَ.

Tiada tuhan selain Engkau, Maha suci Engkau, sesungguhnya aku termasuk orang-orang yang zalim. (QS. Al-Anbiya: 87)

Tak ada seorang Muslim yang berdoa dengan doa tersebut mengenai sesuatu urusan, kecuali akan dikabulkan doanya." Dalam riwayat lain, "Sungguh aku mengetahui sebuah ucapan yang setiap kali orang yang terkena musibah mengucapkannya, pasti Allah akan membebaskannya dari musibah tersebut. Yakni ucapan Nabi saudaraku, Yunus."

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan dari Abu Said Al-Khudri bahwa ia menceritakan: Rasulullah s.a.w suatu hari masuk masjid. Tiba-tiba ia melihat seorang lelaki Anshar bernama Abu Umamah. Beliau berkata: "Hai Abu Umamah, mengapa kulihat engkau berada di masjid di luar waktu shalat?" Abu Umamah menjawab, "Aku sedih karena banyak hutang, wahai Rasulullah s.a.w!" Rasulullah s.a.w bersabda, "Maukah engkau aku ajarkan kata-kata yang jika engkau mengucapkannya niscaya Allah akan menghilangkan kesedihanmu dan menyelesaikan hutangmu?" Abu Umamah menjawab, "Mau, wahai Rasulullah s.a.w." Rasulullah s.a.w menjawab, "Ucapkanlah di waktu pagi dan petang:

اَللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحَزَنِ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْعَجْـــزِ وَالْكَسَلِ، وَأَعُوْذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ؛ وَأَعُوْذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ، وَقَهْرِ الرِّجَالِ.

"Ya Allah, aku berlindung kepada-Mu dari sifat lemah dan malas. Aku berlindung kepada-Mu dari sifat pengecut dan kikir. Aku berlindung kepada-Mu dari lilitan utang dan kezaliman orang lain."

Abu Umamah berkata, "Lalu doa itu kuamalkan dan Allah pun menghilangkan kesedihanku juga membereskan hutangku."

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan dari Ibnu Abbas, ia bercerita: Rasulullah s.a.w bersabda: "Barangsiapa yang selalu beristighfar, Allah akan memberian penyelesaian dari segala kesulitannya dan jalan keluar dari setiap kesempitannya serta rizki dari arah yang tidak disangka-sangka."

Imam Ahmad bin Hanbal juga meriwayatkan dalam *Musnad*, "Sesungguhnya Rasulullah s.a.w jika menghadapi suatu masalah, beliau memohon pertolongan melalui shalat. Karena Allah berfirman:

> *Memohonlah pertolongan melalui kesabaran dan shalat.(QS. Al-Baqarah: 45)*

Dalam *Sunan* juga diriwayatkan, "Segeralah berjihad karena jihad itu termasuk di antara pintu-pintu surga yang dengannya Allah menghilangkan kesedihan dari hati hamba-Nya."

Diberitakan juga Ibnu Abbas ra meriwayatkan dari Rasulullah s.a.w yang bersabda, "Siapa saja yang diliputi kesedihan dan kedukaan, hendaklah ia memperbanyak mengucapkan, "*La haula wala quwwata illa billah* (tak ada kekuatan kecuali kekuatan dari Allah)."

Dalam *Shahihain* juga disebutkan bahwa doa ini merupakan perbendaharaan surga, sedangkan at-Tirmidzi meriwayatkan bahwa doa ini termasuk salah satu pintu surga.

Berikut ini adalah beberapa jenis pengobatan yang terdiri dari 15 jenis. Jika pengobatan ini tidak cukup untuk menghilangkan kesedihan dan kedukaan, berarti penyakitnya sangat kronis dan perlu dihilangkan dan dibasmi dengan sungguh-sungguh dengan cara sebagai berikut.

1. Dengan menegaskan keesaan Allah dalam ketuhanan-Nya (tauhid Rububiyah);
2. Dengan menegaskan keesaan Allah dalam ibadah (tauhid Uluhiyah);
3. Dengan tauhid 'Ilmiyah dan I'tiqadiyah;

4. Dengan memuji Allah yang tidak memperlakukan hamba-Nya dengan kezaliman dan yang tidak menghukumnya tanpa sebab;
5. Dengan pengakuan bahwa ia telah melakukan kezaliman;
6. Dengan memohon kepada Allah melalui cara-cara yang paling Dia senangi, melalui nama-nama dan sifat-sifat-Nya, seperti Al-Hayy (Maha Hidup), al-Qayyum (Maha Terjaga);
7. Dengan bergantung dan hanya mengandalkan Allah untuk segalanya;
8. Dengan pengakuan seorang hamba bahwa harapannya hanya kepada Allah;
9. Dengan tawakal yang benar kepada Allah dan menggantungkan semua masalah kepada-Nya, di samping mengakui bahwa ubun-ubun seorang hamba Allah berada dalam genggaman-Nya dan mengakui bahwa Dia melakukan apa saja yang Dia kehendaki. Juga mengakui bahwa keputusan Allah terhadap seorang hamba pasti akan terjadi dan keputusan-Nya pasti adil;
10. Dengan sepenuh hati menikmati taman-taman Al-Qur'an dan menjadikan Al-Qur'an sebagaimana mata air bening bagi binatang ternak. Seorang hamba harus menggunakan cahaya Al-Qur'an untuk menerangi kegelapan syahwat dan hawa nafsu. Al-Qur'an dijadikan sahabat ketika tak ada orang lain yang hadir. Al-Qur'an dijadikan sebagai kebahagiaan yang meredakan segala jenis musibah dan obat yang menghilangkan setiap penyakit yang menyerang hati seorang hamba. Al-Qur'an harus dijadikan penghilang kesedihan dan duka cita;
11. Dengan beristighfar, memohon ampunan dari Allah;
12. Dengan bertobat kepada Allah;
13. Dengan berjuang (jihad) di jalan Allah;
14. Dengan melaksanakan shalat; dan
15. Dengan menggantungkan semua daya dan kekuatan kepada Allah yang menggenggam daya dan kekuatan dalam tangan-Nya.

BAB 11
CARA RUQYAH MENYEMBUHKAN PENYAKIT

ALLAH menciptakan umat manusia berikut organ-organ tubuhnya dengan kesempurnaan yang dapat dicapai masing-masing organ. Karena itu, ketika suatu organ kehilangan kesempurnaan, orang akan merasa sakit. Allah juga telah menciptakan kesempurnaan hati, pemimpin organ-organ lainnya. Ketika kehilangan kesempurnaan, hati akan mengalami berbagai penyakit seperti kesedihan, kegundahan dan kecemasan.

Ketika mata kehilangan daya penglihatannya, telinga kehilangan daya pendengarannya dan ketika lidah kehilangan kemampuan bicara, maka ia telah kehilangan kesempurnaannya.

Hati diciptakan untuk mengenal Penciptanya, mencintai-Nya, hanya beribadah kepada-Nya, ridha kepada-Nya, berbahagia mencintai-Nya dan merasa terpuaskan dengan-Nya. Hati juga diciptakan untuk bergantung kepada Allah, mencintai karena Dia, membenci karena Dia, setia karena Dia, memusuhi siapa saja karena Dia dan selalu berdzikir kepada Dia. Hati diciptakan untuk mencintai-Nya melebihi segala hal, menggantungkan harapan kepada-Nya daripada kepada hal-hal lain dan memuja-Nya melebihi pujian kepada siapa saja dan apa pun. Tak ada kesenangan, kebahagiaan, kegembiraan atau kemanisan kecuali dengan pertolongan-Nya. Semua itu baginya ibarat makanan,

kesehatan yang baik dan kehidupan itu sendiri. Ketika orang kehilangan makanan, kesehatan dan kehidupannya, maka kesedihan, duka cita dan penderitaan akan mengepungnya dari segala penjuru dan akan tetap tinggal bersamanya.

Penyakit paling parah yang menyerang hati adalah syirik (mempersekutukan Allah), dosa, kelalaian, mengabaikan apa yang Allah senangi dan ridhai, tidak tawakal kepada-Nya dan tidak bersandar kepada-Nya untuk segala sesuatu, cenderung kepada selain Allah, menolak keputusan-keputusan-Nya, serta meragukan dan mengabaikan peringatan-peringatan dan janji-janji-Nya. Jika orang berpikir tentang penyakit hati maka ia akan menemukan bahwa penyebab-penyebab yang disebutkan merupakan satu-satunya penyebab penyakit-penyakit ini. Maka, satu-satunya pengobatan yang manjur bagi penyakit-penyakit ini adalah penangkal yang dikandung dalam pengobatan Rasulullah. Penyakit dihilangkan dengan penangkalnya dan kesehatan dipelihara dengan menggunakan pengobatan/terapi Rasulullah.

Tauhid membuka pintu bagi semua bentuk kebaikan, kebahagiaan, kesenangan, kegembiraan dan kenikmatan bagi seorang hamba Allah. Bertobat kepada Allah dapat membuang semua sumber penyakit hati. Tauhid merupakan diet hati melawan unsur-unsur buruk karena menutup pintu-pintu kejahatan. Pintu-pintu kebahagiaan dan semua bentuk kebaikan akan terbuka melalui tauhid, sedangkan pintu-pintu kejahatan akan tertutup dengan tobat dan memohon ampunan.

Para ahli kesehatan klasik berkata, "Siapa saja yang ingin punya tubuh sehat hendaknya makan dan minum sedikit saja. Siapa saja yang menginginkan kesehatan hatinya hendaklah ia meninggalkan perbuatan dosa." Tsabit bi Qurrats berkata, "Kesehatan tubuh tercapai dengan makanan yang sedikit, kenikmatan jiwa tercapai dengan sedikit melakukan dosa dan kenyamanan lidah tercapai dengan sedikit berbicara."

Dosa ibarat racun bagi hati. Seandainya racun tidak membunuh hati, maka ia akan melemahkannya. Jika hati lemah, maka ia tidak mampu memerangi penyakit. Abdullah bin Mubarok, yang dikenal sebagai dokter jiwa Islam, berkata: "Kulihat dosa itu mematikan jiwa, kecanduan dosa akan menjadikan pelakunya menjadi hina. Meninggalkan dosa berarti menghidupkan hati pelakunya, maka yang terbaik adalah meninggalkan segala bentuk dosa."

Penyakit hati yang terbesar adalah pemuasan hawa nafsu dan syahwat, sedangkan melawan syahwat dan hawa nafsu merupakan pengobatan terbesar. Pada dasarnya jiwa manusia diciptakan dalam keadaan bodoh dan zalim. Karena bodoh, ia mengira bahwa kesembuhannya adalah dengan mengikuti syahwatnya padahal ini justru menjerumuskannya pada kehancuran dan kematian. Karena zalim, jiwa tidak mau menerima resep dari dokter. Akibatnya, ketika diresepkan obat, ia malah menerima penyakit itu sedangkan obat yang ditawarkan ditolaknya. Karena jiwa lebih menyukai penyakit daripada obat, beberapa penyakit akan menyerang dengan tiba-tiba dan pada waktu itu dokter tidak mampu mendiagnosisnya. Akibatnya, obat tidak akan diperoleh. Musibah terbesar dari semua ini adalah jiwa merasa tidak bersalah dan menyalahkan takdir Tuhannya.

Jika orang sakit sudah mencapai tahapan ini maka tak ada harapan baginya untuk sembuh, kecuali jika rahmat Tuhan tercurah untuk membantunya dan Allah mengizinkan dia memulai kehidupan baru dan memberi rizki yang dibutuhkan. Inilah sebabnya hadits yang diriwayatkan Ibnu Abbas ra tentang doa pada waktu kesulitan mengandung tauhid Uluhiyah dan Rububiyah, mengagungkan-Nya dan menyebutkan sifat Maha Lembut-Nya. Dua sifat ini (Maha Agung dan Maha Lembut) penting untuk menambah kesempurnaan sifat-sifat Maha Kuasa, Maha penyayang, Maha Baik dan Maha Pengampun. Hadits tersebut juga melukiskan ketuhanan Allah di alam atas dan alam bawah serta di atas arasy, yang merupakan atap bagi seluruh makhluk sekaligus sebagai makhluk terbesar. Menegaskan tauhid Rububiyah

yang sempurna menghendaki ibadah hanya kepada-Nya, cinta, takut, berharap, mengagungkan dan taat hanya kepada-Nya. Kesempurnaan keagungan Allah menuntut penisbatan setiap jenis kesempurnaan bagi-Nya dan menolak setiap jenis kekurangan dan mempersamakan Dia dengan makhluk-Nya. Allah Yang Maha Sabar membutuhkan penegasan tentang kesempurnaan rahmat dan kebaikan-Nya terhadap makhluk-Nya.

Jika hati menyadari fakta-fakta ini, hati akan berusaha mencintai dan mengagungkan Allah dalam tauhid. Hati akan memperoleh dan menikmati kegembiraan dan keceriaan yang akan mengatasi penderitaan, kesedihan dan duka cita. Jika orang sakit mendengarkan apa yang mendatangkan kebahagiaan dan kesenangan bagi hatinya, tubuhnya akan menjadi lebih kuat untuk melawan penyakit.

Jika orang membandingkan antara sempitnya perasaan sewaktu berada dalam penderitaan dan luasnya gambaran yang terkandung dalam doa penangkal kesedihan mendalam, maka ia akan menemukan bahwa doa itu sangat cocok untuk membebaskan hati dari kesedihan dan mengganti kesedihan dengan kegembiraan yang mengiringi kebahagiaan. Hanya orang-orang yang memiliki perasaan-perasaan demikian dan memiliki hati yang diterangi cahaya kebenaran yang menyertai perasaan-perasaan itu dapat membuat pertimbangan yang benar.

Doa Rasulullah s.a.w berikut ini memiliki pengaruh khusus yang ajaib untuk menghilangkan duka cita:

> *Wahai Yang Maha Hidup dan Maha Berdiri Sendiri, aku memohon bantuan melalui rahmat-Mu.*

Yang Maha Hidup adalah sifat yang meliputi setiap sifat sempurna yang harus dimiliki oleh 'yang hidup', sedangkan Yang Maha Berdiri Sendiri menghendaki tindakan sempurna Allah. Itulah sebabnya Al-Hayy (Maha Hidup) dan Al-Qayyum (Maha Berdiri Sendiri) termasuk nama-nama Allah terkuat. Jika kita berdoa kepada Allah dengan nama-nama tersebut, Dia akan mengabulkannya. Dan jika memohon dengan

nama-nama tersebut, Dia akan memenuhi permohonan tersebut.

Kehidupan yang sempurna adalah lawan dari penyakit dan kekurangan. Karena penghuni surga tidak akan mati, mereka tidak merasakan kesedihan atau penyakit apa pun. Adanya akhir kehidupan menunjukkan adanya kekurangan-kekurangan dalam tindakan dan dalam kemampuan untuk terus hidup. Dengan demikian, sifat Maha Hidup sejalan dengan keberlangsungan kehidupan. Sifat Maha Hidup bermakna tiada kekurangan apa pun dalam eksistensi-Nya. *Al-Qayyum* bermakna mampu melakukan sesuatu yang Dia kehendaki. Inilah sebabnya memohon kepada Allah dengan menyebut nama-nama al-*Hayy* dan al-*Qayyum* memiliki pengaruh luar biasa untuk menghilangkan apa yang berlawanan dengan kehidupan.

Sehubungan dengan masalah ini, Rasulullah s.a.w selalu memohon kepada Allah dengan bertawasul atas Jibril, Mikail dan Israfil untuk memberi petunjuk tentang kebenaran (yang selalu menjadi perselisihan manusia), melalui kehendak-Nya, bagi hati yang hidup dengan petunjuk yang benar. Ketiga malaikat yang disebutkan dalam doa itu bertanggung jawab atas kebutuhan-kebutuhan hidup. Jibril as bertanggung jawab menyampaikan wahyu yang menghidupkan hati. Mikail as bertanggung jawab mengurus rizki, yang merupakan kebutuhan bagi tubuh. Israfil as bertanggung jawab meniup sangkakala, yang menandai kebangkitan jiwa dan dikembalikannya mereka kepada tubuh manusia. Memohon kepada Allah melalui Rububiyah-Nya atas tiga malaikat ini, yang bertanggung jawab atas semua jenis kehidupan, mempunyai pengaruh khusus untuk meraih apa yang diinginkan orang.

Karena itu, menyeru nama Allah *al-Qayyum* memiliki efek khusus untuk menjawab doa dan mengakhiri penderitaan. *Sunan* Abu Hatim dalam *Shahih*-Nya meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Nama teragung Allah (*ismul a'dham*) ada dalam dua ayat ini:

> *Tuhan kalian adalah Tuhan Yang Esa. Tak ada Tuhan selain Dia, Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang. (QS. Al-Baqarah: 163)*

Alif Laam Miim, Allah, tiada Tuhan selain Dia, Yang Maha Hidup dan maha Berdiri Sendiri. (QS. Ali-Imran: 1-2)

At-Tirmidzi berkomentar bahwa hadits ini *shahih*.

Dalam *Sunan* dan *Shahih* Ibnu Hibban juga meriwayatkan bahwa Anas ra berkata, "Seorang lelaki pernah berdoa, 'Ya Allah, aku memohon kepada-Mu melalui kepemilikan-Mu atas pujian, tak ada yang layak disembah kecuali Engkau, *al-Mannan* (Maha Pemurah), yang menciptakan langit dan bumi. Wahai pemilik pujian dan kemuliaan, wahai Yang Maha Hidup dan Maha Berdiri Sendiri."

Rasulullah s.a.w bersabda, "Sesungguhnya ia telah berdoa kepada Allah dengan nama-Nya yang teragung. Jika Allah diseru dengan nama itu, Dia akan menjawab, dan jika diminta dengan nama itu, Dia akan memberi."

Inilah sebabnya Rasulullah s.a.w selalu membaca ayat di bawah ini ketika berdoa, "Ya *Hayyu* ya *Qayyum* (Wahai Yang Maha Hidup dan Maha Berdiri Sendiri)."

Bacaan Rasulullah:

Ya Allah, aku mengharapkan rahmat-Mu, janganlah menyerahkan aku kepada diriku sendiri sekejap mata pun dan perbaikilah urusanku seluruhnya, tiada Tuhan selain Engkau.

Doa ini bersifat menyeru Allah, yang menggenggam seluruh kebaikan dalam tangan-Nya. Juga bertanggung jawab kepada Allah semata, menggantungkan semua hal kepada-Nya dan memohon kepada-Nya untuk menyelesaikan urusan-urusan hamba-Nya. Doa ini termasuk memohon kepada-Nya agar seorang hamba tidak mengandalkan dirinya sendiri dan menyeru kepada-Nya dengan menyebutkan keesaan-Nya. Semua ini memiliki pengaruh khusus untuk menghilangkan duka-cita. Demikian pula dengan pernyataan Rasulullah berikut ini:

Allah adalah Tuhanku, aku tidak menyekutukan-Nya dengan sesuatu.

Mengenai hadits Ibnu Mas'ud yang artinya:

Ya Allah, sesungguhnya aku adalah hamba-Mu dan putra hamba-Mu.

Hadits di atas mengandung penjelasan tentang pengetahuan ilahiah dan rahasia penghambaan kepada Allah yang tak dapat dijelaskan oleh satu kitab pun. Hadits tersebut menegaskan penghambaan seseorang dan ayah-ibunya kepada Allah, ubun-ubun seorang hamba dalam genggaman Allah dan Dia melakukan apa yang dikehendaki terhadap hamba-Nya. Seorang hamba tak dapat mendatangkan manfaat, mudharat, kehidupan, kematian atau kebangkitan tanpa Allah. Ketika ubun-ubun seorang hamba berada dalam genggaman orang lain, hamba itu tidak memiliki apa pun menyangkut dirinya. Ia terpenjara dalam genggaman dan kekuasaan pemiliknya.

Rasulullah s.a.w menyatakan bahwa:

Keputusan-Mu terhadapku pasti terjadi, ketetapan-Mu terhadapku pasti adil.

Hadits ini mengandung dua aspek utama tauhid. Pertama, hadits tersebut menegaskan takdir, yakin keputusan Allah pasti terjadi pada para hamba-Nya. Kedua, seorang hamba tak dapat menolak takdir.

Keputusan Allah pasti adil dan tidak mengandung suatu ketidakadilan pun bagi hamba-Nya. Keputusan Allah pasti sejalan dengan keadilan dan kebaikan. Ketidakadilan adalah suatu kelemahan yang menunjukkan adanya kebutuhan akan sesuatu selain Dia, suatu kebodohan atau penyelewengan. Perilaku demikian tidak pernah ada pada Dia yang pengetahuan-Nya meliputi segala sesuatu. Dia tidak membutuhkan siapa saja dan apa pun. Sebaliknya, segala sesuatu dan semua orang membutuhkan-Nya. Dialah yang mengatur segala urusan dengan sangat adil. Tak ada satu bagian pun dari keputusan Allah yang tidak mengandung kebijakan dan kesempurnaan, sebagaimana tak ada orang yang dapat lari dari kekuasaan dan kehendak-Nya. Kebijakan

Allah adalah maha luas, sebagaimana kekuasaan dan kehendak-Nya, dan inilah sebabnya Nabi Hud as berkata ketika umatnya bermaksud menakut-nakutinya dengan berhala-berhala mereka, *"Sesungguhnya aku menjadikan Allah sebagai saksiku dan saksikanlah kalian bahwa aku berlepas diri dari apa yang kalian persekutukan dari selain Allah. Maka laksanakanlah tipu daya kalian semuanya dalam menentangku dan janganlah kalian memberi tempo waktu kepadaku. Sesungguhnya aku berserah diri kepada Allah, Tuhanku dan Tuhan kalian, tak ada satu pun makhluk kecuali Dia yang memegang ubun-ubunnya, sesungguhnya Tuhanku di atas jalan lurus."* (QS. Hud: 54-56)

Ayat di atas menunjukkan bahwa meskipun Allah memegang ubun-ubun para hamba-Nya dan berbuat apa yang Dia kehendaki menyangkut urusan mereka, Dia berada di atas jalan lurus. Artinya, Dia tak pernah membuat suatu keputusan yang tidak mengandung kebijakan, keadilan dan kasih sayang.

Sabda Nabi:

Keputusan-Mu mengenai aku pasti terjadi, adalah sesuai dengan firman Allah:

Tak ada makhluk melata pun kecuali Dialah yang menggenggam ubun-ubunnya. (QS. Hud: 56)

Juga sabda Rasulullah:

Ketentuan-Mu mengenai aku pasti adil, adalah sesuai dengan firman Allah:

Sesungguhnya Tuhanku di atas jalan lurus. (QS. Hud: 56)

Rasulullah s.a.w berdoa kepada Allah dengan nama-nama yang Dia pakai untuk menyebut diri-Nya, baik nama-nama yang diketahui maupun tidak diketahui hamba-hamba-Nya, misalnya nama-nama yang Dia rahasiakan, yang tak diketahui malaikat atau Rasul manapun. Doa ini termasuk salah satu doa paling baik dan paling disenangi Allah, sangat bermanfaat untuk mencapai keinginan seseorang.

Rasulullah s.a.w juga berdoa kepada Allah untuk menjadikan Al-Quran dalam hatinya ibarat mata air bagi binatang ternak. Beliau memohon kepada Allah untuk menjadikan Al-Qur'an sebagai obat bagi kesedihan dan obat yang menghilangkan penyakit, membiarkan tubuh untuk memperoleh kembali kesehatan dan staminanya. Beliau juga memohon kepada Allah untuk menjadikan Al-Qur'an sebagai pembersih yang membersihkan karat dan kotoran-kotoran hati. Obat ini, jika orang sakit menggunakannya dengan hati tulus, dapat menghilangkan penyakit dan mendatangkan kesembuhan, kesehatan dan stamina.

Mengenai doa yang biasa dibaca Nabi Yunus as, doa ini menegaskan kesempurnaan tauhid dan memuji kesucian Allah. Doa yang juga mengandung pengakuan seorang hamba tentang kezaliman dan dosa-dosa yang telah diperbuatnya ini merupakan obat yang manjur untuk menghilangkan kesedihan dan penderitaan. Doa ini merupakan sarana efektif untuk mendekatkan diri kepada Allah yang menjamin terpenuhinya keinginan seseorang. Tauhid dan memuji Allah meliputi penegasan tentang kesempurnaan dan penyangkalan atas kekurangan Allah. Pengakuan seseorang tentang kezalimannya menunjukkan keyakinan agama seorang hamba dan kepercayaan terhadap pahala dan hukuman. Doa tersebut menuntun seorang hamba untuk bersikap rendah hati dan bertobat kepada Allah, memohon ampunan-Nya serta menegaskan penghambaan dan ketaatannya kepada Allah. Jadi, ada empat hal yang terkandung dalam doa seorang hamba kepada Allah ini, yaitu tauhid, memuji Allah, menegaskan penghambaan dan mengakui kesalahan.

Abu Umamah meriwayatkan sebuah hadits:

Ya Allah, sesungguhnya aku memohon perlindungan kepada-Mu dari kesedihan dan kemurungan.

Doa ini mengandung permohonan dan perlindungan kepada Allah dari delapan hal berupa empat pasang hal yang bertalian, yaitu kemurungan dan kesedihan, ketidakmampuan dan kemalasan, rasa

takut dan kikir, banyak utang dan di bawah penguasaan orang lain. Ketika suatu hal yang tidak disukai masuk ke dalam hati, jika karena masa lalu akan menjadi keprihatinan, dan jika karena faktor yang belum terjadi akan menjadi kemurungan, dua musibah itu dapat mempengaruhi kemaslahatan seorang hamba.

Kegagalan seseorang untuk mencapai kepentingan-kepentingan vitalnya mungkin karena ia tidak mampu atau tidak berkeinginan untuk mengejar keinginan-keinginan itu. Begitu pula ketika seseorang tidak menghasilkan manfaat bagi orang lain dan dirinya sendiri, hal itu mungkin karena ia penakut atau kikir dan tidak mau membelanjakan sebagian uangnya. Seseorang didominasi orang lain mungkin karena ia memiliki utang atau ia ditundukkan oleh orang lain secara zalim. Doa dalam hadits tersebut di atas memohon perlindungan kepada Allah dari segala keburukan itu.

Memohon ampunan memiliki pengaruh luar biasa untuk menghilangkan penderitaan, kesedihan dan kesempitan hati. Ini merupakan fakta yang diakui oleh orang-orang bijak dari setiap umat. Dosa-dosa dan kesalahan menimbulkan penderitaan, ketakutan, kesedihan, kesulitan dan penyakit hati. Orang-orang yang selalu melakukan kejahatan dan dosa lama-lama menjadi bosan lalu mereka akan melakukan kesalahan yang lebih banyak lagi untuk mengusir kehampaan yang mereka rasakan. Karena dosa-dosa dan kesalahan-kesalahan mempunyai pengaruh pada hati, satu-satunya obat adalah memohon ampunan dan bertobat kepada Allah.

Sedangkan shalat memiliki pengaruh luar biasa dalam memberikan kelegaan dan kenikmatan, memperkuat dan menghasilkan kesenangan dan kegembiraan pada hati. Shalat adalah hubungan hati dan jiwa dengan Allah dan menimbulkan perasaan bahagia dengan mendekatkan diri kepada-Nya, mengingat-Nya, merasa bahagia berbicara dengan-Nya, berdiri di hadapan-Nya, menggunakan seluruh tubuh dan kekuatan seseorang untuk mengimplementasikan penghambaannya kepada-Nya. Shalat menuntut pemberian hak

penghambaan masing-masing organ dan anggota tubuh yang semestinya, sekaligus membebaskan hati dari mengingat, berurusan atau berbicara dengan makhluk. Dengan demikian, perhatian hati dan anggota tubuh akan terpusat kepada Tuhan Sang Pencipta serta terbebas dari gangguan yang disebabkan oleh setan sewaktu shalat. Inilah sebabnya shalat termasuk salah satu jenis terapi, obat-obatan dan nutrisi terbaik, serta hanya cocok bagi hati yang sehat. Sedangkan hati yang sakit ibarat tubuh yang sakit, tidak layak mendapatkan makanan yang baik.

Shalat adalah cara terbaik untuk memperoleh kebaikan dan menolak bahaya kehidupan di dunia dan akhirat. Shalat mencegah manusia jatuh ke lembah dosa, menyembuhkan penyakit-penyakit hati, menolak penyakit-penyakit jasmani, memberikan cahaya pada hati dan wajah serta memperkuat stamina anggota-anggota tubuh dan jiwa. Shalat mendatangkan rezeki, mencegah kezaliman, membantu orang-orang tertindas, mengusir hawa nafsu dari hati manusia, mempertahankan kenikmatan yang diperoleh, menolak siksaan, mendatangkan rahmat, meringankan musibah dan menyembuhkan beberapa penyakit yang menyerang organ-organ dalam.

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya menceritakan: Abu Hurairah ra berkata: Rasulullah s.a.w melihatku sewaktu aku berbaring menderita penyakit dalam perut. Beliau berkata, "Wahai Abu Hurairah, apakah perutmu sakit (Beliau menyebut istilah penyakit itu dalam bahasa Persia)?" Saya jawab, "Ya, Rasulullah." Beliau berkata, "Berdirilah dan kerjakan shalat, karena shalat adalah obat."

Ada yang mengatakan bahwa kata-kata tersebut bukan kata-kata Rasulullah, tapi kata-kata Abu Hurairah ra yang ditujukan kepada Mujahid.

Jika hati para dokter yang munafik tidak senang dengan semua fakta ini, maka mari kita berbicara kepadanya dengan bahasa kesehatan. Kita katakan kepadanya bahwa shalat adalah olahraga bagi tubuh dan jiwa, karena shalat mewajibkan berbagai gerakan dan posisi

seperti berdiri, ruku', sujud, duduk, bergerak di antara dua posisi yang sebagian besar menggunakan sendi. Sebagian besar organ-organ dalam juga diolahragakan saat shalat, seperti perut, usus dan organ tubuh lainnya yang menangani makanan dan pencernaan. Siapa yang dapat mengingkari bahwa gerakan-gerakan ini memperkuat tubuh, terutama ketika jiwa diperkuat dan dibebaskan selama shalat? Dengan cara ini, tubuh akan menjadi kuat dan penyakit akan lenyap.

Tidak ada obat selain api neraka untuk penyakit kemunafikan dan menolak apa yang dibawa para Rasul serta lebih memilih kemusyrikan. Allah berfirman:

> *Maka, Kami memperingatkan kamu dengan neraka yang menyala-nyala. Tak seorang pun akan masuk ke dalamnya, kecuali orang-orang yang paling celaka, yang mendustakan kebenaran dan berpaling dari iman. (QS. Al-Lail: 14-16)*

Pengaruh jihad untuk menghilangkan kesedihan tak dapat dipungkiri. Ketika hati dipaksa untuk bersabar menghadapi kejahatan yang merajalela, maka kesedihan, ketakutan dan kesulitan meningkat. Namun, jika jiwa melakukan jihad karena Allah, maka kesedihan akan berubah menjadi kebahagiaan dan kekuatan. Allah berfirman:

> *Perangilah mereka, niscaya Allah akan menyiksa mereka melalui tangan-tangan kalian, menghinakan mereka, memenangkan kalian atas mereka dan menyembuhkan penyakit-penyakit hati orang-orang beriman, serta menghilangkan kemurkaan dari hati orang-orang yang beriman. Allah menerima tobat dari orang-orang yang Dia kehendaki: Allah Maha Mengetahui lagi Maha Bijaksana.(QS. At-Taubah: 14-15)*

Tak ada amalan yang lebih mampu menghilangkan kesedihan dan penderitaan hati selain jihad.

Mengenai pengaruh ucapan "Tiada Tuhan yang layak disembah kecuali Allah (*La ilaha illallah*)" untuk menghilangkan kesedihan penjelasannya adalah sebagai berikut. Kata-kata tersebut menyiratkan

penyerahan semua persoalan, kekuasaan dan kekuatan kepada Allah semata. Juga meyakini kemahasupremasian-Nya di atas persoalan apa pun dan menyerahkan kemampuan untuk membuat perubahan-perubahan apa pun di dunia ini dan alam yang lebih tinggi kepada Allah semata. Tidak ada yang lebih tinggi dari kata-kata ini.

Dikatakan bahwa tak ada malaikat yang turun dari langit atau naik ke langit tanpa mengucapkan, "Tak ada kekuasaan dan kekuatan kecuali dari Allah (*Laa haula wa laa quwwata illa billah*)." Bacaan ini memiliki pengaruh yang sangat luar biasa untuk menolak setan.

BAB 12
MENGOBATI RASA TAKUT DAN SULIT TIDUR

At-Tirmidzi meriwayatkan dalam *Sunan*-nya dari Buraidah bahwa Khalid pernah mengeluh kepada Rasulullah s.a.w karena ia sulit tidur pada malam hari. Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika engkau hendak tidur, bacalah:

اَللّٰهُمَّ رَبَّ السَّمٰوَاتِ السَّبْعِ وَمَا أَظَلَّتْ، وَرَبَّ الْأَرَضِيْنَ وَمَا أَقَلَّتْ، وَرَبَّ الشَّيَاطِيْنِ وَمَا أَضَلَّتْ؛ كُنْ لِي جَارًا مِنْ شَرِّ خَلْقِكَ كُلِّهِمْ جَمِيْعًا: أَنْ يَفْرُطَ عَلَيَّ أَحَدٌ مِنْهُمْ، أَوْ يَبْغِى عَلَيَّ؛ عَزَّ جَارُكَ، وَجَلَّ ثَنَاؤُكَ، وَلَا إِلٰهَ غَيْرُكَ.

Ya Allah Tuhan tujuh lapis langit dan apa yang dinaunginya, Tuhannya bumi dan apa yang dikandungnya, Tuhannya para setan dan apa yang disesatkannya, selamatkanlah aku dari kejahatan seluruh makhluk-Mu agar tak ada seseorang pun dari mereka dapat membahayakan atau menzalimiku. Dukungan-Mu kokoh dan pujian-Mu agung. Tak ada Tuhan selain Engkau."

At-Tirmidzi meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w selalu

mengajarkan para sahabatnya untuk membaca doa di bawah ini ketika mereka menghadapi ketakutan:

أَعُوْذُ بِكَلِمَاتِ اللهِ التَّامَّةِ مِنْ غَضَبِهِ وَعِقَابِهِ وَشَرِّ عِبَادِهِ، وَمِــــنْ هَمَزَاتِ الشَّيَاطِيْنِ؛ وَأَعُوْذُ بِكَ رَبِّ أَنْ يَحْضُرُوْنِ.

Aku mohon perlindungan melalui kalimat-kalimat Allah yang sempurna dari kemurkaan-Nya, siksaan-Nya, kejahatan para hamba-Nya, dan dari bisikan setan, serta aku memohon perlindungan kepada-Mu wahai Tuhanku dari kehadiran mereka.

Ibnu Umar ra selalu mengajarkan doa ini kepada anak-anaknya, bahkan menuliskannya bagi orang-orang yang tak mampu menghapalnya. Tak diragukan lagi bahwa doa ini cocok dan manjur untuk menghilangkan dan menolak segala bahaya.

BAB 13
MENGATASI KEBAKARAN

Diriwayatkan dari Amru bin Syuaib, dari ayahnya, dari kakeknya bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Bila kalian melihat kebakaran, ucapkanlah takbir. Karena takbir dapat memadamkan api."

Kebakaran disebabkan oleh api, yang merupakan unsur dasar penciptaan setan, maka setan mendapati api sesuai dengan sifatnya dan sesuai dengan kejahatan yang ingin dicapainya. Setan membantu api untuk menimbulkan kerugian. Api biasanya membubung dan menghancurkan. Dua hal ini, membubung dan menghancurkan, merupakan sifat setan yang mengajak umat manusia menuju kehancuran. Api dan setan keduanya selalu ingin di atas (mendominasi/sombong) dan merusak manusia, sementara Allah Yang Maha Perkasa selalu memadamkan kejahatan-kejahatan dan perbuatan-perbuatan setan.

Inilah sebabnya mengagungkan Allah (bertakbir) mempunyai pengaruh luar biasa untuk memadamkan api, karena kebesaran Allah mengalahkan segala sesuatu. Ketika seorang muslim mengagungkan kebesaran Allah, maka doa ini akan meredam api dan energi setan. Insya Allah, kami pernah menggunakan cara ini dan terbukti benar.

BAB 14
MENJAGA KESEHATAN MENURUT RASULULLAH S.A.W

Menjaga kesehatan seseorang membutuhkan kelembaban yang dapat melawan panas. Kelembaban melawan panas, sedangkan panas membantu mematangkan berbagai zat dan membebaskan tubuh dari kotoran. Tanpa diimbangi kelembaban, panas berlebihan dapat merusak tubuh dan menyebabkan organ-organ tubuh tidak dapat berfungsi secara normal. Kekeringan berlebihan membiarkan panas membakar tubuh dan menjadikannya kering. Karena itu, masing-masing dari kondisi tersebut, kelembaban dan panas, saling membutuhkan untuk menjaga tubuh tetap berfungsi. Karena panas hidup dari kelembaban, maka panas menjaga kelembaban agar tidak mengalami pembusukan dan dekomposisi. Jika salah satu dari dua kondisi ini lebih dominan dari lainnya, stamina tubuh akan terganggu.

Panas akan mengontaminasi kelembaban, memaksa tubuh untuk menggantikan zat yang hilang setelah tubuh mengalami proses pembakaran melalui makanan dan minuman. Jika kelembaban berlebihan, maka panas tidak akan mampu mendekomposisi kelembaban yang berlebihan dan karenanya kelembaban mengalami dekomposisi dan membusuk, menyebabkan kerusakan tubuh. Akibatnya, berbagai penyakit menyerang tubuh, selama tubuh dan

berbagai organ rentan terhadap penyakit. Semua ini cocok dengan firman Allah:

> *Makan dan minumlah kalian, namun janganlah berlebihan. (QS. Al-A'raf: 31)*

Allah memerintahkan hamba-hamba-Nya untuk memakan apa yang dapat membantu tubuh, yaitu makanan dan minuman, untuk menggantikan energi yang hilang. Porsi makanan dan minuman yang dikonsumsi tidak boleh melebihi kebutuhan tubuh agar berfungsi secara wajar. Makan berlebihan merupakan pemborosan yang mendatangkan penyakit dan tidak akan menjaga kesehatan. Demikian juga ketika seseorang makan berlebihan atau tidak mencukupi.

Karena itu, sedikit kata yang Allah firmankan menjadi kunci untuk tetap sehat. Tubuh selalu melewati proses dekomposisi dan memproduksi sampah tubuh. Semakin dekomposisi terjadi, semakin sedikit panas akan efektif, karena dekomposisi hidup dari kelembaban (yang pada gilirannya memasukkan panas alami). Jika panas lemah, efisiensi pencernaan berkurang hingga kelembaban menghilang. Dengan demikian, panas akan terpadamkan sehingga batas kehidupan yang dijalani seseorang dalam kehidupan ini akan berakhir.

Tujuan orang mencari kesembuhan baik bagi dirinya maupun orang lain adalah untuk memelihara tubuh sampai akhir hidup mereka. Tujuan mencari pengobatan bukan untuk memelihara kelembaban dan panas untuk muda dan sehat selamanya, karena tujuan ini tidak akan tercapai dalam kehidupan ini. Tujuan seorang dokter adalah memelihara kelembaban dari unsur-unsur yang mungkin merusaknya dan memelihara panas tubuh agar tidak terlalu meluap sehingga dapat melemahkan kekuatannya. Karena itu, seorang dokter akan berusaha memelihara keseimbangan di antara dua kekuatan atau kondisi dalam tubuh ini, sebagaimana Allah telah menciptakan langit dan bumi dengan keseimbangan yang sempurna.

Siapa saja yang mempelajari petunjuk Nabi s.a.w akan menemukan sesuatu yang terbaik untuk menjaga kesehatan tubuh.

Menjaga kesehatan tergantung pada makan dan minum yang wajar dan pada kemampuan orang dalam menjaga pakaian, tempat tinggal, udara, tidur, bangun, mobilitas, istirahat, seks, buang air dan perawatan tubuh. Jika aspek-aspek ini terpenuhi sesuai dengan kondisi tubuh, daerah, usia dan kebiasaan, maka seorang akan memiliki kesehatan yang baik hingga akhir hayatnya.

Kesehatan adalah salah satu nikmat besar yang Allah anugerahkan kepada umat manusia dan merupakan salah satu pahala-Nya yang terbaik. Kesehatan merupakan nikmat dari seluruh nikmat dunia yang terbesar dan orang-orang yang mempunyai pemahaman yang komprehensif seharusnya berusaha keras untuk mempertahankan kesehatan mereka dengan menghadapi apa yang dapat merusak kesehatan.

Bukhari meriwayatkan dalam *Shahih*-nya dari Ibnu Abbas bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Dua kenikmatan yang sering diabaikan manusia adalah kesehatan dan waktu luang."

At-Tirmidzi dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Abdullah bin Mihsan al-Anshari ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Orang yang bangun pagi hari dengan kesehatan yang baik, memiliki sandang dan pangan yang cukup pada hari itu, maka seolah-olah seluruh kehidupan dunia ini telah dianugerahkan kepadanya."

At-Tirmidzi dalam *Sunan*-nya meriwayatkan dari Abu Hurairah ra bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Kenikmatan pertama yang harus dipertanggungjawabkan seorang hamba Allah pada hari kiamat adalah,

> *'Bukankah Kami telah menyehatkan tubuhmu dan menghilangkan dahagamu dengan air dingin?'"*

Inilah sebabnya sebagian kalangan salaf menyatakan bahwa ayat yang berbunyi:

> *Kemudian sungguh kalian akan dimintai pertanggungjawaban tentang kenikmatan (yang kalian rasakan di dunia ini). (QS. At-Takatsur: 8) mengisyaratkan tentang kesehatan.*

Dalam *Musnad* Imam Ahmad diriwayatkan dari Rasulullah s.a.w bahwa beliau pernah berkata kepada Abbas, "Hai Abbas, hai paman Rasulullah s.a.w! Mintalah *sehat wal afiat* di dunia dan di akhirat." Riwayat lain dari Abu Bakar ash-Shiddiq menceritakan: Aku mendengar Rasulullah s.a.w bersabda, "Mohonlah kepada Allah akidah dan kesehatan, karena tidak ada orang yang diberikan sesuatu selain akidah yang lebih baik daripada kesehatan."

Rasulullah s.a.w merangkaikan keselamatan dunia dan akhirat. Kesuksesan seorang hamba tidak dapat sempurna dalam kedua kehidupan itu kecuali dengan menggabungkan akidah dan kesehatan. Akidah dapat menolak siksaan akhirat, sedangkan kesehatan menolak penyakit-penyakit dunia yang dapat menyerang tubuh atau hati.

An-Nasa'i dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Abu Hurairah ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Mintalah ampunan, kesejahteraan, dan kesehatan dari Allah, karena tak ada orang yang diberikan sesuatu selain akidah yang lebih baik dibandingkan kesehatan." Tiga hal yang disebutkan dalam hadits tersebut menghilangkan penyakit masa lalu melalui ampunan, masa kini melalui kesehatan dan masa depan melalui kebebasan dari kesalahan dan siksaan. Sesungguhnya, kata-kata ini bermakna kesehatan yang selalu terjaga.

At-Tirmidzi dalam *Sunan*-nya meriwayatkan hadits *marfu'*: "Tidak ada sesuatu yang lebih disukai oleh Allah bila seorang hamba memintanya, daripada keselamatan."

Abdul Rahman bin Abu Laila meriwayatkan bahwa Abu Darda berkata, "Wahai Rasulullah, saya lebih suka memperoleh kesehatan lalu saya bersyukur daripada saya mendapat musibah lalu saya bersabar. "Rasulullah s.a.w bersabda, "Dan Rasulullah sendiri juga menyukai kesehatan sebagaimana engkau."

Ibnu Abbas ra diberitakan telah meriwayatkan seorang Badui yang datang menemui Rasulullah s.a.w dan bertanya, "Apa yang harus aku mohon dari Allah setelah selesai shalat lima waktu?" Rasulullah s.a.w

menjawab, "Mohonlah kepada Allah kesehatan." Lelaki itu mengulangi pertanyaannya. Setelah tiga kali lelaki itu mengulangi pertanyaannya, Rasulullah s.a.w berkata, "Mohonlah kepada Allah kesehatan dalam kehidupan dunia dan akhirat."

Hal di atas menunjukkan betapa pentingnya kesehatan. Maka kita seharusnya mempelajari petunjuk Rasulullah perihal menjaga kesehatan dan kesejahteraan, karena petunjuk ini merupakan petunjuk paling sempurna. Melalui petunjuk Rasulullah, seseorang mencapai kesehatan tubuh, hati serta kehidupannya baik di dunia maupun di akhirat. Kita minta kepada Allah bagi segala pertolongan dan ketergantungan kita hanya kepada-Nya, tak ada kekuasaan dan kekuatan kecuali dari-Nya."

Membatasi diri dengan hanya mengonsumsi satu jenis makanan berbahaya bagi sifat alami seseorang. Tubuh dapat mengalami kelemahan dan bahkan kematian jika seseorang hanya mengonsumsi satu jenis makanan. Di samping itu, jika seseorang terbiasa mengonsumsi satu jenis makanan saja, tubuhnya tidak akan menerima jenis makanan lain. Membatasi diet hanya untuk satu jenis makanan, meskipun makanan terbaik, tetap berbahaya.

Rasulullah s.a.w selalu memakan apa yang biasa dimakan umatnya seperti daging, buah-buahan, roti, kurma dan jenis makanan lain yang telah kami sebutkan dalam petunjuk makan Rasulullah s.a.w.

Jika satu jenis makanan perlu distabilkan, Nabi s.a.w akan menggunakan makanan kebalikannya, misalnya menetralkan panasnya kurma matang dengan semangka. Jika beliau tidak menemukan makanan yang dapat menetralisasi efek suatu jenis makanan, beliau memakannya secukupnya tanpa berlebihan.

Jika Rasulullah s.a.w tidak menyukai suatu makanan, beliau tidak akan memakannya tapi tidak akan memperlihatkan ketidaksukaannya pada makanan tersebut. Ini merupakan aspek besar dalam menjaga kesehatan. Jika orang memakan makanan yang tidak disukainya, makanan itu akan lebih banyak mudharatnya daripada manfaatnya.

Abu Hurairah ra berkata, "Rasululah s.a.w tidak pernah mencela suatu makanan. Jika beliau suka, beliau memakannya. Jika tidak, beliau tidak akan memakannya." Ketika beliau s.a.w disuguhi biawak panggang, beliau tidak memakannya. Beliau ditanya, "Apakah daging ini haram?" Beliau menjawab, "Tidak. Namun makanan ini tidak ada di negeriku maka saya tidak menyukainya."

Rasulullah s.a.w biasa memakan makanan yang sudah biasa dan menjadi kesukaannya. Jika beliau ditawari makanan yang tidak biasa dan tidak beliau sukai, beliau menghindarinya. Namun, beliau tidak mencegah orang-orang yang terbiasa dengan makanan itu dan yang menyukainya untuk memakannya.

Rasulullah s.a.w suka makan daging, terutama lengan dan bagian punggung biri-biri. Bagian inilah yang diracuni dan diberikan kepada Rasulullah s.a.w.

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w pernah dibawakan daging dan beliau diberi bagian lengannya, bagian yang disukainya. Abu Ubaid meriwayatkan bahwa Dhaba'ah binti Az-Zubair berkata ia menyembelih seekor biri-biri di rumahnya. Rasulullah s.a.w mengirim pesan kepadanya, "Berilah kami bagian." Ia berkata kepada utusan Rasulullah, "Hanya bagian leher yang tersisa dan sungguh saya merasa malu untuk mengirimkannya kepada Rasulullah." Utusan Rasulullah kembali dan mengabarkan apa yang terjadi. Rasulullah s.a.w berkata, "Kembalilah engkau kepadanya dan katakan kepadanya untuk mengirimiku bagian leher itu, karena leher adalah bagian yang menuntun biri-biri dekat pada hal-hal yang baik dan jauh dari hal-hal yang buruk."

Tak diragukan bahwa bagian paling ringan dari daging biri-biri adalah leher, lengan dan paha. Bagian-bagian ini paling lembut dan paling mudah dicerna perut. Cara yang dilakukan Rasulullah s.a.w dalam hal ini memenuhi tiga aturan dasar mengenai makanan, yaitu makanan yang bermanfaat dan berguna bagi tubuh, ringan di perut dan tidak berat, serta mudah dicerna. Ini merupakan jenis makanan terbaik

untuk dikonsumsi. Mengonsumsi sedikit makanan seperti ini adalah lebih baik daripada mengonsumsi makanan lain dalam porsi lebih besar.

Rasulullah s.a.w suka makanan yang manis dan madu. Daging, madu dan makanan manis adalah makanan terbaik dan sangat bermanfaat bagi tubuh, lever dan berbagai organ. Memakan jenis makanan seperti ini memiliki efek luar biasa untuk menjaga kesehatan dan stamina. Hanya orang sakit yang mungkin mengalami kerugian jika memakannya.

Rasulullah s.a.w bisa memakan roti dengan lauk-pauknya. Kadang-kadang beliau memakan roti dengan daging, kadangkala semangka dan adakalanya kurma. Pernah beliau s.a.w meletakkan kurma pada sepotong roti dan mengatakan bahwa kurma adalah pelengkap bagi roti. Roti gandum bersifat dingin dan kering, sedangkan kurma bersifat panas dan basah. Memakan kedua makanan ini bersama-sama merupakan pengaturan gizi yang sangat bijak, terutama bagi orang-orang yang terbiasa dengan jenis makanan ini, seperti penduduk Madinah. Kadang Rasululah s.a.w memakan roti dengan cuka sambil berkata, "Cuka adalah lauk yang baik." Pujian terhadap cuka ini muncul karena cuka merupakan makanan satu-satunya yang tersedia di rumahnya pada waktu itu, bukan karena cuka lebih baik daripada makanan lainnya sebagaimana yang dikira sebagian orang yang tidak tahu. Hadits tersebut menyatakan bahwa Rasululah s.a.w pernah mendatangi seorang istrinya dan bertanya apakah ia memiliki lauk ketika sang istri menawarkan roti. Ketika istrinya mengatakan hanya punya cuka, beliau berkata, "Cuka adalah lauk yang baik.'

Memakan roti dengan lauk dapat lebih menjaga kesehatan daripada hanya memakan satu jenis makanan. Karena, ketika lauk ditambahkan pada roti, roti terasa lebih enak dan makanan tersebut membantu menjaga kesehatan.

Rasulullah s.a.w juga sering memakan buah-buahan musiman di negerinya karena hal ini juga merupakan salah satu cara terbaik untuk menjaga kesehatan. Kebijakan Allah memutuskan bahwa setiap

negeri memiliki buah-buahannya sendiri yang cocok dan bermanfaat bagi negeri itu ketika tiba musimnya. Jika banyak mengonsumsi buah-buahan, orang dapat menjaga kesehatan. Buah-buahan dapat berfungsi seperti obat-obatan. Orang yang menghindari memakan buah-buahan di wilayah mereka sendiri hanyalah orang sakit.

Kelembaban yang dikandung buah-buahan merupakan panas yang baik, sesuai dengan musim dan tanahnya. Perut mampu mematangkan buah-buahan dan dapat menolak bahayanya jika tidak memakannya secara berlebihan yang menyebabkan tubuhnya menahan apa yang tidak dapat ditahannya. Orang tidak boleh membusukkan makanan selagi perut sedang mencerna buah-buahan dan tidak meminum air bersamanya. Buah-buahan seharusnya dimakan setelah makanan dalam perut dicerna untuk mencegah sembelit. Jika dikonsumsi dengan cara, waktu dan kondisi yang tepat, buah-buahan dapat berfungsi sebagai obat.

BAB 15
CARA DUDUK YANG TEPAT SEWAKTU MAKAN

Rasulullah s.a.w bersabda, "Saya tidak makan sambil bersandar." Beliau juga bersabda, "Sesungguhnya saya duduk sebagaimana duduknya seorang hamba dan saya makan sebagaimana makannya seorang hamba."

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan, "Rasulullah s.a.w melarang seseorang makan sambil menelungkup." Duduk bersandar dapat membahayakan perut. Posisi ini menekan perut dan tidak membiarkan perut terbuka secara benar untuk lewatnya makanan. Akibatnya, makanan akan terhalang turun melewati saluran yang tepat dan terhalang untuk mencapai perut dengan cepat.

Makan sambil bersandar pada sesuatu merupakan praktik orang-orang yang arogan dan inilah sebabnya Rasulullah s.a.w bersabda, "Saya makan sebagaimana makannya seorang hamba."

Rasulullah s.a.w biasa duduk bersila sewaktu makan. Beliau meletakkan kedua lututnya di atas tanah dan meletakkan telapak kaki kirinya pada bagian atas kaki kanannya untuk merendahkan diri terhadap Tuhan serta untuk menghargai makanan dan orang-orang yang hadir. Ini adalah cara duduk terbaik sewaktu makan karena semua organ tubuh akan berada dalam posisi yang tepat dan cara yang baik untuk menghargai orang.

Cara terbaik untuk makan adalah duduk dengan organ-organ tubuh dalam posisi alamiahnya. Sebaliknya, cara makan terburuk adalah duduk bersandar pada lambung, karena dengan posisi ini batang tenggorokan dan organ-organ pengunyah akan tertekan dan membebani perut.

Rasulullah s.a.w mungkin bermaksud bahwa beliau tidak duduk sambil bersandar pada bantal seperti yang dilakukan orang-orang arogan yang ingin memakan banyak makanan. Bahkan, Rasulullah s.a.w sering memakan sesuatu yang hampir tidak mencukupi sebagaimana yang dialami seorang hamba.

Rasulullah biasa menggunakan tiga jari sewaktu makan. Ini merupakan salah satu cara terbaik untuk makan. Makan dengan satu atau dua jari tidak nyaman atau sulit mengambil jumlah yang cukup dalam setiap suapan, akibatnya perlu waktu lama untuk makan. Makan dengan satu atau dua jari mengakibatkan organ-organ pencernaan tidak nyaman karena memperoleh terlalu sedikit makanan pada masing-masing suapan. Akibatnya, organ-organ itu akan melewati masa tidak aktif sewaktu seseorang masih makan. Jika orang makan satu atau dua butir pada suatu waktu, ia tidak akan bisa menikmati makan atau tidak merasa nyaman.

Sementara itu makan dengan lima jari akan memasukkan terlalu banyak makanan ke dalam perut daripada yang dapat dicerna perut dalam setiap suapan. Kematian bahkan bisa terjadi jika salah satu organ tersumbat oleh makanan berlebihan. Organ-organ tubuh akan dipaksa memproses makanan dalam jumlah besar. Akibatnya, orang tidak dapat menikmati makanan dan tubuh tidak sempurna mencerna makanan. Karena itu, cara terbaik untuk makan adalah menggunakan tiga jari sebagaimana dicontohkan Rasulullah s.a.w dan orang-orang yang mengikutinya.

Rasulullah s.a.w tidak pernah menggabungkan antara daging dengan susu, susu dengan makanan-makanan asam, dua makanan yang sama-sama panas, dua makanan yang sama-sama dingin,

dua makanan yang sama-sama lengket, dua makanan yang sama-sama berserat kasar, dua makanan yang sama-sama pencahar, dua makanan yang sama-sama kental serta dua makanan cair atau dua jenis makanan yang menghasilkan kondisi yang sama. Beliau juga tidak menggabungkan dua jenis makanan yang menimbulkan efek berlawanan seperti sembelit dan diare, makanan yang mudah dicerna dengan makanan yang sulit dicerna, makanan yang dipanggang dengan makanan yang dimasak, makanan kering dengan makanan basah, telur dengan susu atau daging dengan susu. Beliau tidak makan makanan yang masih panas atau makanan kemarin yang dipanaskan kembali. Beliau juga tidak memakan makanan bergaram atau makanan basi seperti acar atau asinan. Semua jenis makanan ini berbahaya dan dapat mengganggu kesehatan.

Rasulullah s.a.w biasa menetralisasi bahaya beberapa makanan dengan penangkalnya. Beliau memakan makanan yang dingin untuk menetralkan efek makanan panas. Beliau memakan makanan basah untuk menetralkan efek makanan kering, misalnya makan kurma matang dengan ketimun atau kurma yang dikeringkan dengan mentega. Beliau juga biasa meminum air rendaman kurma untuk menetralkan efek makanan-makanan berat.

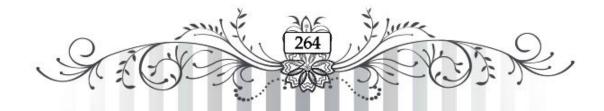
Rasulullah s.a.w selalu makan malam meskipun hanya dengan beberapa buah kurma. Beliau bersabda, "Meninggalkan makan malam dapat mempercepat penuaan." At-Tirmidzi dan Ibnu Majah juga menyebutkan hal ini.

Abu Nu'im menyebutkan bahwa Rasulullah s.a.w melarang langsung tidur setelah makan karena dapat mengeraskan hati. Para dokter juga menganjurkan untuk berjalan-jalan, meskipun hanya beberapa langkah, setelah makan malam, karena langsung tidur setelah makan malam sangat berbahaya. Para dokter muslim menambahkan bahwa orang juga dapat melakukan shalat setelah makan malam agar makanan tetap bertahan dalam perut sehingga dapat tercerna dengan mudah.

Rasulullah s.a.w tidak biasa minum bersamaan dengan makan karena minuman dapat mengganggu metabolisme, terutama ketika airnya panas atau dingin. Seorang penyair menyatakan:

Janganlah sekaligus saat menyantap makanan panas atau dingin, atau saat masuk kamar mandi kalian meminum air.

Kalau kalian melanggarnya, jangan salahkan siapa-siapa jika penyakit menyerang perutmu sendiri.

Juga tidak ideal minum air setelah olahraga, ketika letih, setelah bersetubuh, sebelum dan sesudah memakan makanan dan setelah memakan buah-buahan. Juga, tidak baik minum setelah mandi dan setelah tidur. Semua aktivitas itu dapat membahayakan kesehatan dan orang seharusnya tidak berpikir tentang manfaat-manfaat yang mungkin ia peroleh dari minum saat makan.

BAB 16
PETUNJUK NABI TENTANG MINUM

PETUNJUK Rasululah s.a.w mengenai minum juga sangat bermanfaat untuk menjaga kesehatan. Rasulullah s.a.w biasa minum madu dicampur air dingin dan ini hanya diketahui oleh para dokter berpengalaman. Ini merupakan cara yang sangat efektif untuk menjaga kesehatan. Meminum madu dalam keadaan perut kosong dapat menghilangkan lendir, membersihkan kotoran pada perut dan memanaskan tubuh agar stabil, menghilangkan penyumbatan-penyumbatan dalam tubuh, memperbaiki ginjal, lever dan kandung kencing. Madu jauh lebih banyak manfaatnya bagi perut daripada makanan atau minuman manis lainnya.

Madu mungkin berbahaya bagi orang-orang yang menderita penyakit kuning karena tajamnya. Untuk menetralisir efek samping ini, madu dapat dicampur dengan cuka. Dengan cara ini madu menjadi sangat berkhasiat. Madu jauh lebih bermanfaat daripada minuman yang mengandung gula apa pun, terutama bagi orang-orang yang tidak terbiasa dengan jenis minuman tersebut.

Jika dipaksa, orang yang tidak biasa mengonsumsi minuman-minuman manis tidak akan memperoleh manfaat sebanyak yang diperolehnya jika mengonsumsi madu karena kebiasaan seseorang memainkan peranan penting. Suatu kebiasaan dapat merusak pondasi-pondasi lama dan menciptakan pondasi-pondasi baru.

Minuman campuran manis dan dingin sangat bermanfaat bagi

tubuh dan merupakan salah satu cara terbaik untuk menjaga dan memperbaiki kesehatan tubuh, stamina, lever dan jantung. Jika minuman itu manis dan dingin, tubuh akan bergairah dan akan memperoleh manfaat, gizi yang baik dan akan cepat mencerna dan mengirim minuman tersebut ke organ tubuh lainnya.

Air dingin mempunyai sifat basah, menghilangkan dahaga, memelihara kelembaban dalam tubuh, meregenerasi kelembaban tubuh yang telah hilang, melembutkan makanan dan membantu mentransfer melalui pembuluh-pembuluh darah dengan cepat.

Di kalangan dokter ada perbedaan pendapat mengenai air. Sebagian dokter mengatakan bahwa air mengandung gizi, mengingat tubuh tumbuh dan menjadi lebih enteng serta lebih kuat, terutama ketika tubuh membutuhkan air. Mereka juga mengatakan bahwa ada beberapa kesamaan antara manusia dan hewan, misalnya tumbuh serta menjadi lebih baik dan bertambah kuat. Tumbuhan juga memiliki semacam indra dan gerakan tersendiri yang khas. Karena tumbuh-tumbuhan hidup dari air, bagaimana mungkin orang mengingkari bahwa air mengandung gizi. Demikian pendapat mereka.

Mereka tidak menyangkal bahwa makanan menyediakan sebagian besar kebutuhan gizi tubuh. Mereka hanya menolak pendapat bahwa air tidak memiliki nilai gizi sama sekali. Sebaliknya, kata mereka, makanan hanya menyediakan gizi karena cairan yang dikandungnya. Tanpa air, suplai gizi tidak akan berjalan.

Menurut mereka, air merupakan sumber kehidupan bagi hewan dan tumbuhan. Tak diragukan lagi bahwa zat yang lebih dekat pada sumber kehidupan akan menyediakan lebih banyak gizi. Lalu apakah zat itu merupakan sumber kehidupan itu sendiri?

Allah berfirman:

Dan dari air Kami jadikan segala sesuatu yang hidup. (QS. Al-Anbiya: 30).

Maka, bagaimana mungkin bahwa sumber kehidupan tidak menyediakan gizi bagi tubuh?

Kata mereka, orang yang dahaga akan memperoleh kembali kekuatan dan kegesitannya setelah ia menghilangkan dahaganya. Ia juga mampu membatasi perolehan makanannya dan mengandalkan air. Sebaliknya, orang yang dahaga tidak akan hilang dahaganya jika ia hanya memakan makanan. Mereka mengatakan, "Kami tidak menolak pendapat bahwa air membantu mengirim makanan menuju berbagai bagian dan organ tubuh. Kami hanya menolak pernyataan bahwa air tidak memiliki nilai gizi sama sekali."

Kelompok lain yang menolak pendapat bahwa air mengandung gizi mengatakan bahwa air sendiri tidak menopang kehidupan, tidak membantu anggota tubuh berkembang atau tidak memulihkan sel-sel tubuh yang hilang. Namun, para penentang kelompok ini tidak mengingkari fakta-fakta tersebut. Para penentang hanya mengatakan bahwa setiap zat menyediakan gizi melalui cara berbeda yang sejalan dengan sifat dasarnya. Sebagai contoh, aroma yang baik menyediakan sejenis gizi dan fakta ini mempertegas adanya nilai gizi air.

Air dingin yang bercampur dengan zat manis seperti madu, kismis, kurma atau gula merupakan salah satu campuran yang sangat bermanfaat yang memasuki tubuh dan akan menjaga kesehatan. Inilah sebabnya minuman terbaik bagi Rasulullah s.a.w adalah campuran dingin dan manis. Air panas menimbulkan gas dalam perut dan tidak baik bagi kesehatan.

Air yang telah didiamkan semalaman lebih menyehatkan daripada air yang baru diambil. Rasulullah s.a.w berkata ketika memasuki kebun milik Abu at-Taihan, "Apakah ada air yang sudah tersimpan di teko kulit semalam?" Beliau dibawakan air itu dan meminumnya. Hadits ini diriwayatkan juga oleh Bukhari bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika engkau memiliki air yang tersimpan semalam di kantong kulit, bawakan saya air itu. Jika tidak ada, kami akan minum air dari sumur."

Air yang telah didiamkan semalaman sama dengan adonan yang diberi ragi; air yang baru diambil sama dengan adonan yang tidak diberi ragi. Jika air didiamkan semalam, bahan-bahan pencemar

berupa pasir dan sebagainya akan mengendap di dasar kantong kulit. Disebutkan bahwa Rasulullah s.a.w suka menyimpan air. Aisyah ra berkata, "Rasulullah s.a.w disuguhi air dingin yang diambil dari sumur suqya (sumur khusus untuk minum)."

Air yang disimpan dalam kantong kulit, memiliki rasa yang lebih baik daripada air yang disimpan dalam wadah tembikar. Inilah sebabnya Rasulullah s.a.w lebih suka air yang tersimpan dalam wadah kulit daripada wadah lainnya. Air yang tersimpan dalam wadah kulit akan tersaring melalui pori-pori wadah itu sehingga rasanya lebih baik. Air dalam wadah tembikar yang memungkinkan air untuk tersaring adalah lebih baik daripada air dalam wadah tembikar yang tidak memungkinkan air untuk tersaring. Rasulullah s.a.w punya cara terbaik, jiwa yang sangat mulia dan petunjuk terbaik dalam segala hal. Beliau menunjukkan kepada umatnya cara-cara yang sangat bermanfaat bagi hati dan tubuh mereka dalam kehidupan dunia dan akhirat.

Aisyah ra mengatakan bahwa minuman yang paling disukai Rasulullah s.a.w adalah yang dingin dan manis. Pernyataan ini mungkin menunjukkan bahwa minuman Rasulullah s.a.w berupa air dingin dan manis yang diambil dari sumur dan mata air. Pernyataan Aisyah mungkin juga menunjukkan bahwa Rasulullah biasa meminum air yang dicampur dengan madu atau kurma dan kismis yang direndam. Atau, kedua pendapat itu sama-sama benar.

Pernyataan Rasulullah, "Apakah engkau punya air yang telah disimpan di kantong kulit semalaman? Jika tidak, kami akan minum air dari sumur" menunjukkan dibolehkannya minum air langsung dari kolam air atau wadah air dengan mulut. Sebagian dokter menentang cara ini dengan alasan bahwa hal itu berbahaya bagi perut. Mungkin, Rasulullah s.a.w melakukan hal itu hanya untuk menunjukkan bahwa meminum air langsung dari sumur diperbolehkan. Minum langsung dengan mulut dari kolam berbahaya ketika seseorang meletakkan perut dan wajahnya seperti ketika minum langsung dari sungai atau mata air. Minum dengan mulut dari kolam air yang tinggi sambil duduk

tidak berbeda dengan minum menggunakan tangan.

Rasulullah s.a.w memberikan tuntunan kepada umatnya agar minum sambil duduk. Secara khusus beliau memerintahkan umatnya untuk tidak minum sambil berdiri. Beliau juga memerintahkan orang yang minum sambil berdiri untuk memuntahkannya. Namun, beliau pernah minum sambil berdiri sebagaimana diriwayatkan.

Sebagian orang mengatakan bahwa karena Rasulullah pernah minum sambil berdiri maka perintahnya untuk tidak minum sambil berdiri batal. Kelompok lain mengatakan bahwa praktik ini semata-mata tidak disukai, namun tidak dilarang. Kelompok lain mengatakan bahwa tak ada pertentangan antara kedua hadits tersebut. Rasulullah s.a.w minum sambil berdiri jika memang dibutuhkan. Misalnya ketika beliau mendatangi sumur zam-zam dan diberi segayung air, beliau minum sambil berdiri.

Minum dengan posisi berdiri dapat menimbulkan beberapa penyakit, tidak menuntaskan dahaga dan membuat air tidak menetap dalam perut agar lever dapat mengedarkan air ke seluruh tubuh. Air akan turun dengan cepat menuju perut dan akan memperburuk keadaannya, dan air tidak akan dicerna dengan baik. Namun, jika orang melakukan ini sekali-kali saja, maka tidak akan membahayakannya.

Imam Muslim dalam *Shahih*-nya meriwayatkan bahwa Anas ra berkata Rasulullah s.a.w biasa minum air dalam tiga tegukan terpisah dan bersabda, "Cara ini memuaskan, lebih lezat dan lebih menyehatkan."

Hadits ini menunjukkan bahwa Rasululah s.a.w biasa minum lalu berhenti sejenak untuk mengambil napas, kemudian minum lagi. Dalam hadits lain, Rasulullah s.a.w melarang orang bernapas dalam gelas, harus menjauhkan gelas dari mulutnya dan bernapas jauh dari gelas. Cara minum ini sangat bermanfaat untuk menghilangkan dahaga dan lebih menyehatkan. Jika air memasuki perut yang sangat haus secara berselang, maka tegukan air kedua akan menghilangkan sisa dahaga setelah tegukan pertama dan tegukan yang ketiga akan

menghilangkan sisa dahaga setelah dua tegukan sebelumnya. Cara ini lebih sesuai bagi suhu perut karena perut tidak secara tiba-tiba diserbu zat-zat dingin. Meminum air dalam satu napas (satu tegukan) hanya akan menghilangkan sebagian dahaga, tidak seperti minum dalam tiga tegukan terpisah.

Cara minum Rasulullah s.a.w memberikan hasil yang lebih baik daripada meminum air dalam satu napas (tegukan). Minum air dalam satu tegukan kemungkinan akan melarutkan panas alami atau melemahkannya dan dapat mengganggu suhu perut dan lever. Di samping itu, air juga dapat menimbulkan beberapa penyakit lain, terutama bagi orang-orang yang tinggal di daerah panas seperti Yaman dan Hijaz, terutama pada musim panas. Minum dalam satu tegukan berbahaya bagi mereka karena panas alami mereka lemah, terutama dalam cuaca panas.

Sabda Rasulullah "Air menghilangkan dahaga dengan lebih baik, lebih lezat, dan lebih menyehatkan" cocok dengan firman Allah:

Maka makanlah pemberian itu (sebagai makanan) yang sedap lagi baik akibatnya. (QS. An-Nisa: 4)

Jika orang minum dalam satu tegukan, ia bisa tersedak karena banyaknya jumlah cairan yang masuk sekaligus. Namun, tak ada risiko tersedak jika orang mengambil napas ketika minum. Ketika orang minum, akumulasi gas-gas panas dalam tubuh akan naik dari sekitar lever dan hati karena air dingin atau cairan yang turun ke perut. Air akan datang menyerbu sewaktu gas-gas sedang naik, menimbulkan gas-gas dalam perut dan kadang-kadang membuat orang tersedak. Akibatnya, ia tidak dapat menikmati minuman.

Abdullah bin Mubarak, Al-Baihaqi dan ulama lainnya meriwayatkan dari Nabi bahwa beliau bersabda, "Jika salah seorang dari kalian minum, hendaknya ia meneguknya seperti orang menghisap, tidak seperti orang menuang air. Penyakit lever antara lain disebabkan karena cara minum seperti itu."

Jika air dingin turun ke lever secara tiba-tiba, ia akan melemahkan dan menyebabkan suhu lever turun. Namun air yang masuk dalam tegukan-tegukan terpisah tidak akan menghilangkan panas lever dan tidak akan melemahkannya. Ibaratnya, kalau kita menuangkan air ke cerek panas, suhu cerek tersebut tidak akan terkurangi secara drastis.

Diriwayatkan oleh At-Tirmidzi dalam *Jami'*-nya bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Janganlah minum dalam satu tegukan seperti minumnya unta. Tetapi, minumlah dengan dua atau tiga kali tegukan dan membaca *bismillah* sebelum kalian minum serta *alhamdulillah* setelah minum." Membaca *bismillah* sebelum minum dan *alhamdulillah* setelah minum memiliki pengaruh besar untuk memperoleh manfaat dari minum, menambah nikmat minum dan menolak bahayanya. Imam Ahmad berkata, "Jika makanan memiliki empat kriteria, maka makanan akan menjadi sempurna. Empat kriteria tersebut yaitu disebutnya nama Allah sebelum dimakan, bersyukur kepada Allah setelah selesai makan, dimakan banyak orang dan berasal dari sumber yang halal."

Imam Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Jabir bin Abdullah ra mendengar Rasulullah s.a.w bersabda, "Tutuplah bejana dan tempat air karena sesungguhnya dalam setahun terdapat satu malam saat wabah penyakit turun. Wabah penyakit itu tidak akan melewatkan suatu wadah yang tidak bertutup dan kantung air yang tidak diikat untuk meletakkan bibit penyakitnya."

Hadits ini mengandung pengetahuan ilahiah yang tidak dapat dicapai oleh para dokter. Laith bin Sa'd, salah seorang perawi hadits ini, berkata, "Orang-orang Ajam dari kalangan kami takut pada malam itu, suatu malam di bulan Kanun Awal, dan mereka berusaha untuk menghindari bahayanya."

Rasulullah s.a.w memerintahkan agar bejana ditutup, meskipun hanya dengan ranting pohon, agar hal itu menjadi kebiasaan. Jika orang menutup bejana dengan ranting, serangga-serangga yang merayap tidak akan jatuh ke dalam makanan, tetapi ke atas ranting.

Rasulullah s.a.w juga memerintahkan agar kita membaca *bismillah* ketika menutup bejana untuk menjauhkan setan, serangga dan hewan.

Bukhari meriwayatkan bahwa Ibnu Abbas berkata, "Rasulullah s.a.w melarang minum langsung dari mulut tempat air."

Ada beberapa adab dalam hadits ini. Misalnya, jika orang minum dari mulut tempat air, ia akan bernapas di dalamnya dan akan memberinya bau mulut yang tidak enak. Juga, air mungkin turun secara deras dan membahayakan perut. Di samping itu, mungkin ada serangga di dalam air yang tidak disadarinya dan mungkin berbahaya jika ditelan. Juga, air itu mungkin tercemar zat-zat berbahaya sementara ia tidak menyadarinya. Minum langsung dari mulut tempat air dapat memenuhi perut dengan udara sehingga air tidak akan memiliki ruang yang cukup.

Jika ada yang berkata: Bagaimana pendapat Anda tentang riwayat dalam *Jami'* At-Tirmidzi bahwa Rasulullah s.a.w minta sekantung kulit air saat perang Uhud dan beliau berkata, "Buka tutupnya" lalu beliau minum dari mulut kantung tersebut?

Kami menjawab: At-Tirmidzi sendiri mengatakan hadits ini sanadnya tidak shahih. Abdullah bin Umar Al-Umari dinyatakan lemah karena hapalannya. Bahkan saya tidak yakin apakah ia mendengar hadits ini langsung dari Isa atau tidak. Isa bin Abdullahlah yang meriwayatkan hadits ini dari salah seorang lelaki Al-Anshar.

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Abu Said al-Khudri ra berkata, "Rasulullah s.a.w melarang minum dari bagian gelas yang pecah (sompel) dan melarang bernapas dalam minuman."

Hadits ini mengandung beberapa hikmah. Misalnya, minum dari sisi gelas yang sompel dapat menyebabkan orang menelan kotoran yang terkumpul di bagian gelas yang sompel itu. Orang juga tidak dapat menikmati minumannya jika ia minum dari sisi gelas yang sompel. Kotoran dan lemak terkonsentrasi di dekat sisi gelas yang sompel dan biasanya tidak benar-benar bersih ketika dicuci. Sisi gelas yang

sompel sangat buruk dan tidak bermanfaat. Salah seorang salaf pernah melihat seorang lelaki membeli barang-barang yang mutunya rendah dan berkata kepadanya, "Jangan membelinya. Tidakkah engkau tahu bahwa Allah tidak memberkati barang yang mutunya rendah?" Sisi gelas yang sompel dapat menimbulkan luka di mulut.

Penjelasan mengenai bernapas dalam gelas minuman adalah sebagai berikut. Bernapas dalam gelas dapat meniupkan bau busuk mulut ke minuman. Inilah sebabnya Rasulullah s.a.w mengharamkan bernapas atau meniup dalam air. Dalam hadits yang diriwayatkan At-Tirmidzi, Ibnu Abbas berkata, "Rasulullah s.a.w melarang bernapas dalam tempat minuman atau meniup di dalamnya."

Jika orang menanyakan hadits dalam *Shahihain* yang diriwayatkan Anas ra, "Rasulullah s.a.w biasa bernapas tiga kali selama minum." Kami katakan bahwa kami mempercayai hadits tersebut dan itu tidak bertentangan dengan hadits-hadits yang telah kami sebutkan, karena maksudnya Rasulullah s.a.w bernapas jauh dari tempat minum (tempat minum dijauhkan dari mulut saat bernapas).

Minum susu murni di daerah panas sangat bermanfaat untuk menjaga kesehatan dan memberikan kelembaban bagi tubuh dan menyegarkan lever. Khususnya susu dari hewan yang digembalakan di padang *wormwood*, lavender, katun lavender dan sebagainya, karena susu hewan itu mengandung makanan dan obat.

At-Tirmidzi dalam *Jami'*-nya meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika salah seorang dari kalian makan, hendaklah membaca:

> *'Ya Allah, berkatilah makanan kami dan berilah kami makanan yang lebih baik darinya.'*
>
> Jika orang diberi susu, hendaklah membaca:
>
> *'Ya Allah, berkatilah minuman kami dan tambahkanlah minuman lain kepada kami.'"*

Karena tak ada sesuatu yang dapat menggantikan makanan dan minuman sekaligus kecuali susu.

Imam Muslim dalam *Shahih*-nya meriwayatkan, "Rasulullah s.a.w biasa dibuatkan nabith (kurma yang direndam dalam air) pada permulaan malam dan beliau meminumnya keesokan paginya, malam atau siang berikutnya, serta malam dan siang berikutnya lagi hingga waktu Ashar. Jika masih tersisa, beliau memberikannya kepada pelayan atau membuangnya.

Nabith dalam hadits ini adalah kurma yang direndam dalam air sehingga air menjadi manis dan digunakan sebagai makanan dan minuman. Nabith berkhasiat menguatkan tubuh dan menjaga kesehatan. Rasulullah s.a.w tidak minum nabith yang direndam lebih dari tiga hari karena dikhawatirkan minuman itu mungkin telah memabukkan.

BAB 17
PETUNJUK RASULULLAH MENGENAI PAKAIAN

Petunjuk Rasulullah mengenai pakaian merupakan petunjuk terbaik, sangat bermanfaat bagi tubuh, paling mudah dipakai dan ditanggalkan. Rasulullah s.a.w biasa memakai kain sarung dan sorban karena jenis pakaian ini paling lembut di tubuh. Beliau juga senang memakai gamis.

Pakaian yang biasa Rasulullah s.a.w kenakan sangat bermanfaat bagi tubuh. Lengan bajunya tidak terlalu panjang atau lebar. Panjang lengan bajunya hanya mencapai pergelangan tangan. Jika terlalu panjang, pakaian menjadi sulit dikenakan dan sulit bergerak. Lengan bajunya tidak lebih pendek dari pergelangan tangan, sehingga melindungi tangan dari hawa dingin dan panas.

Ujung gamis dan kain Rasulullah panjangnya sampai pertengahan betis, tidak melewati pergelangan kaki. Jika pakaian yang dikenakan terlalu panjang, gerakan akan terbatas dan membuat orang yang mengenakan merasa terkekang. Pakaian Rasulullah tidak lebih pendek dari pertengahan betis, sehingga dapat melindungi bagian pahanya dari hawa panas dan dingin.

Sorban yang dikenakan Rasulullah tidak terlalu besar sehingga tidak membahayakan kepala, juga tidak terlalu kecil sehingga cukup melindungi kepala dari panas dan dingin. Sorban yang dikenakannya berukuran sedang dengan ujung sorban menjulur di bawah dagu untuk

melindungi leher dari panas dan dingin. Juluran ujung sorban ini dapat mengokohkan sorban di atas kepala sewaktu naik kuda atau unta pada saat perang.

Sebagian orang menggunakan semacam penjepit sebagai ganti menjulurkan ujung sorban di bawah dagu. Dari segi manfaat dan keindahan, kedua cara tersebut sangat jauh berbeda.

Jika orang memperhatikan pakaian Rasulullah s.a.w, ia akan menemukan bahwa pakaian Rasulullah termasuk pakaian yang terbaik bagi tubuh dan kesehatan, tidak boros dan mudah memakainya.

Rasulullah sering memakai kaos kaki saat mengadakan perjalanan karena kaki membutuhkan penutup untuk menolak panas dan dingin. Kadangkala beliau juga memakai kaos kaki meskipun tidak sedang melakukan perjalanan.

Pakaian Rasulullah s.a.w biasanya berwarna putih dan bergaris-garis. Beliau tidak memakai pakaian berwarna merah, hitam atau yang dicelup bahan pewarna. Mengenai pakaian berwarna merah diriwayatkan bahwa Rasululah s.a.w pernah memakainya, yaitu kain panjang Yaman yang memiliki garis-garis hitam, merah dan putih. Kami telah menyinggung hal ini sebelumnya dan menyatakan bahwa sebagian orang keliru mengira Rasulullah memakai pakaian berwarna merah.

BAB 18
PETUNJUK RASULULLAH MENGENAI TEMPAT TINGGAL

RASULULLAH S.A.W menyadari bahwa kehidupan di dunia ini hanyalah persinggahan sementara seseorang untuk menghabiskan sisa kehidupan dunianya dan selanjutnya akan pindah ke kehidupan abadi di akhirat. Karena itu Nabi, para sahabat dan semua pengikutnya tidak memiliki perhatian besar untuk mendirikan dan membangun rumah, menjaga, mempercantik dan memperluas rumahnya. Tempat tinggal mereka hanyalah tempat singgah yang sekadar dapat memberi manfaat kepada seorang musafir, menghindarkan diri dari dingin, panas, pandangan mata manusia, binatang buas dan rasa takut. Karena ukurannya tidak terlalu luas, rumah mereka tidak dihuni binatang buas, tidak diterpa udara dan angin. Rumah mereka tidak dibangun di bawah tanah, karena dapat membahayakan para penghuninya, juga tidak terlalu tinggi di atas tanah. Rumah mereka merupakan rumah terbaik, sangat bermanfaat dan dingin atau panasnya sedikit. Rumah mereka tidak terlalu kecil sehingga penghuninya merasa leluasa, tidak terlalu luas karena penghuninya tidak akan memperoleh manfaat dari ruang yang berlebihan. Rumah mereka tidak memiliki kamar mandi di dalam sehingga bau busuknya tidak mengganggu orang lain. Aroma di dalam rumah mereka harum karena Rasulullah menyukai wewangian. Keringat Rasulullah merupakan salah satu aroma terbaik

yang pernah ada, demikian pula aroma tubuhnya. Tak diragukan lagi, inilah diskripsi rumah terbaik, sangat serasi untuk tubuh dan tempat tinggal yang sehat.

BAB 19
PETUNJUK RASULULLAH MENGENAI TIDUR

ORANG yang memperhatikan petunjuk Rasulullah mengenai tidur akan menemukan bahwa tidur Rasulullah merupakan cara tidur terbaik dan sangat bermanfaat bagi tubuh, organ-organ dan stamina seseorang. Nabi s.a.w biasa tidur pada awal malam dan bangun pada awal bagian akhir malam. Beliau bersiwak, berwudhu dan shalat sebanyak yang diperkenankan Allah baginya. Tubuh, organ-organ dan energi tubuh akan memperoleh hak untuk tidur, istirahat dan aktivitas fisik serta memperoleh pahala sempurna dari Allah. Cara ini menjamin kebaikan hati dan tubuh dalam kehidupan dunia dan akhirat.

Rasulullah tidak pernah tidur berlebihan atau tidak menjauhkan tubuhnya dari tidur. Cara tidur Rasulullah merupakan cara yang sangat sempurna. Beliau tidur pada saat perlu, berbaring pada bagian tubuh kanannya dan mengingat Allah hingga tidur. Tubuhnya tidak dibebani dengan makanan atau minuman berlebihan. Beliau memiliki tikar yang terbuat dari dedaunan, bersandar pada bantal dan kadang-kadang meletakkan tangan di bawah pipinya.

Kami akan menguraikan secara panjang lebar cara tidur yang bermanfaat dan cara tidur yang merugikan. Tidur adalah suatu kondisi pada saat panas alami tubuh tidak aktif sehingga tubuh beristirahat. Ada dua jenis tidur, yaitu tidur alami dan tidur tidak alami. Tidur alami

mengistirahatkan aktivitas tubuh, yaitu indra-indra dan gerakan hati. Jika kekuatan-kekuatan ini tidak berfungsi, tubuh menghentikan aktivitasnya yang biasa sehingga uap air dan kelembaban yang bergerak dan membusuk saat tidur akan naik ke otak yang merupakan pusat kekuatan-kekuatan ini. Otak kemudian tidak berfungsi dan ini merupakan tidur alami.

Tidur tidak alami (tidur berat) terjadi akibat suatu kecelakaan atau penyakit, yakni ketika kelembaban berlebihan mengambil alih otak melalui suatu cara hingga membuat orang tidak mudah bangun. Atau, ketika jumlah uap air dan kelembaban berlebihan naik ke otak, sebagaimana terjadi akibat makan atau minum berlebihan, menyebabkan otak rileks dan menyebabkan orang tertidur.

Ada dua manfaat tidur:

- Anggota tubuh beristirahat dari keletihan yang menyerang. Indra juga beristirahat dari aktivitas yang melelahkan saat orang tidak tidur; dan
- Metabolisme makanan dan proses pembakaran menjadi sempurna karena energi atau panas alaminya terkonsentrasi pada proses pencernaan dan inilah sebabnya tubuh menjadi dingin dan membutuhkan selimut sewaktu tidur.

Cara tidur terbaik adalah bertumpu pada sisi kanan tubuh. Dengan posisi ini perut agak miring ke kiri sehingga makanan dalam perut berada dalam posisi yang baik. Orang juga dapat berbaring pada sisi kiri tubuhnya sebentar sehingga pencernaan menjadi lebih cepat karena perut bersandar pada lever. Setelah itu, orang harus miring ke kanan untuk membantu perut mendorong makanan ke bawah perut dan inilah cara memulai dan mengakhiri tidur sewaktu berbaring pada sisi kanan. Tidur miring ke kiri terus-menerus akan merusak jantung karena organ-organ tubuh akan menekan jantung.

Salah satu cara tidur terburuk adalah tidur telentang. Tapi sekadar beristirahat dengan telentang tidak berbahaya, asalkan tidak tidur.

Tidur tengkurap adalah cara tidur terburuk. Imam Ahmad dan Ibnu Majah meriwayatkan bahwa Abu Umamah ra berkata, "Rasulullah s.a.w melewati seorang lelaki yang sedang tidur di mesjid dengan posisi tengkurap. Beliau menyepak lelaki itu sambil berkata, 'Bangun, karena tidur seperti ini adalah tidur yang sangat buruk.'"

Hipokrates berkata dalam bukunya, *At-Taqdimah*, "Jika orang sakit tidur tengkurap padahal ini bukan kebiasaannya ketika ia sehat, maka kemungkinan ia lemah pikirannya atau perutnya sedang sakit." Orang-orang yang menjelaskan buku Hipokrates mengatakan bahwa ia bermaksud untuk menyatakan bahwa tidur tengkurap merupakan kebiasaan buruk, sebagai ganti kebiasaan baik, tanpa alasan yang masuk akal.

Kebiasaan tidur yang baik membantu menguatkan tubuh untuk memenuhi tugas-tugasnya dan memperkuat kesehatan psikologis seseorang. Tidur siang hari tidak baik bagi kesehatan dan menyebabkan penyakit akibat lembab, wajah menjadi pucat, merusak limpa, melemahkan saraf, menimbulkan kemalasan dan melemahkan syahwat, kecuali pada musim panas sekitar siang hari. Tidur terburuk adalah saat hari beranjak siang dan pada sore hari. Ibnu Abbas ra pernah melihat putranya tidur pada pagi hari dan berkata, "Bangunlah! Engkau tidur pada saat rezeki sedang dibagi-bagikan."

Dikatakan bahwa tidur pada siang hari terdiri dari tiga macam:

- *Khuluq* atau kebiasaan yang baik, yakni tidur sekitar tengah hari;
- *Khuruq* atau kebisaan merusak, yakni tidur pada awal pagi (*dhuha*) sehingga menghalangi orang untuk memikirkan masalah kehidupan dunia dan akhirat;
- *Humuq* atau kegilaan, yaitu tidur setelah Ashar. Inilah sebabnya sebagian ulama salaf berkata, "Orang yang tidur setelah Ashar kemudian dicabut akalnya seharusnya menyalahkan diri sendiri."

Tidur pagi mencegah datangnya rezeki karena saat itu adalah waktu ketika makhluk Allah keluar untuk mencari rezeki. Tidur pada

waktu rezeki sedang dibagikan menyebabkan orang kehilangan kesempatan untuk memperoleh rezeki, kecuali jika orang tertidur karena tidak sengaja. Kebiasaan tidur semacam ini juga berbahaya bagi tubuh, karena mematirasakan panca indra dan merusak isi perut yang seharusnya didekomposisikan melalui aktivitas fisik. Tidur pada awal pagi menimbulkan mati rasa dan kelemahan tubuh, terutama jika dilakukan sebelum buang air, menggerakkan tubuh, melakukan aktivitas fisik, sehingga menyibukkan perut untuk mengolah makanan. Ini merupakan suatu penyakit kronis yang dapat menimbulkan banyak penyakit lainnya.

Tidur di bawah sinar matahari juga dapat menimbulkan penyakit laten. Demikian pula tidur dengan sebagian tubuh disinari matahari langsung dan sebagian lainnya di bawah naungan. Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Abu Hurairah ra mengatakan Rasulullah s.a.w bersabda, "Jika salah seorang dari kalian berada dalam naungan, kemudian sinar matahari menyinari sebagian tubuh, sedangkan separuh tubuh lainnya masih berada dalam naungan, maka hendaklah ia bangkit dari tempat itu." Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya dan Abu Dawud juga meriwayatkan hadits Buraidah bin Al-Husaib, "Sesungguhnya Rasulullah s.a.w melarang orang duduk di antara naungan dan sinar matahari."

Hadits ini menunjukkan bahwa tidak dibolehkan tidur ketika sebagian tubuh berada dalam naungan dan sebagian lainnya berada di bawah sinar matahari.

Dalam *Shahihain* diriwayatkan al-Bara' bin Azib berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Apabila kalian hendak tidur, berwudhulah seperti wudhu untuk shalat kemudian berbaringlah pada lambung kananmu dan bacalah doa:

> *Ya Allah, sesungguhnya aku menyerahkan diriku pada-Mu, aku hadapkan wajahku pada-Mu, dan aku minta perlindungan dari-Mu: dengan penuh harapan dan ketakutan kepada-Mu. Tak ada tempat berlindung dan berlari dari-Mu kecuali kepada-Mu. Aku beriman kepada kitab-Mu yang Engkau turunkan, kepada Nabi-*

Mu yang Engkau utus.

Jadikanlah doa ini sebagai akhir dari ucapanmu. Seandainya engkau mati pada malam itu, maka engkau mati di atas fitrah."

Bukhari dalam *Shahih*-nya meriwayatkan bahwa Aisyah ra berkata, "Sesungguhnya apabila Rasulullah s.a.w selesai melakukan dua rakaat shalat sunnah fajar, beliau berbaring sesaat dengan miring ke kanan."

Hikmah tidur miring ke kanan adalah agar orang tidak tidur berlebihan. Karena jantung condong ke sisi kiri tubuh, tidur dengan posisi ini mencegah jantung berada di tempat normalnya sehingga, karena tidak nyaman, orang yang tidur terbangun. Sebaliknya, tidur dengan posisi tubuh miring ke kiri menjadikan jantung merasa nyaman, menyebabkan orang tidur berlebihan dan mengabaikan urusan kehidupan dan agamanya.

Karena tidur mirip dengan kematian, maka mustahil Sang Maha Hidup tidur. Juga mustahil tidur dialami para penghuni surga. Sewaktu tidur, manusia perlu dilindungi dari segala macam bahaya atau kesulitan. Allah yang Maha Kuasa-lah yang mampu memenuhi kebutuhan ini. Maka Rasulullah s.a.w mengajarkan kita untuk berdoa kepada Allah dengan berserah diri, takut dan mendambakan Allah sebelum tidur. Dengan ungkapan-ungkapan ini, seseorang memohon perlindungan sempurna dari Allah bagi dirinya. Rasulullah s.a.w juga membimbing kita untuk mengingat keimanan kita kepada Allah dan menjadikan ungkapan-ungkapan itu sebagai ungkapan terakhir pada malam hari. Jika orang mati dalam tidurnya, ia akan masuk surga jika ungkapan-ungkapan keimanan ini menjadi ungkapan terakhir yang diucapkan di dunia. Petunjuk Rasulullah tentang tidur telah mencakup kebaikan bagi hati, tubuh dan jiwa pada waktu bangun, tidur serta bagi dunia dan akhirat. Shalawat dan salam semoga tercurah pada Rasulullah yang umatnya telah memperoleh segala jenis kebaikan melalui beliau.

Sabda Rasulullah "aku serahkan diriku kepada-Mu" berarti aku menyerahkan diriku kepada-Mu sebagaimana budak menyerahkan kemerdekaannya kepada tuan dan pemiliknya.

Menghadapkan wajah kepada Allah bermakna mengarahkan seluruh perhatian seseorang kepada Allah dengan ketulusan melalui niat dan menegaskan diri sebagai seorang hamba yang taat kepada-Nya. Allah berfirman,

Maka jika mereka mendebatmu, katakanlah, 'Aku telah menyerahkan diriku kepada Allah, demikian pula orang-orang yang mengikutiku. (QS. Ali Imran: 20)

Wajhi (wajahku/diriku) merupakan bagian dari tubuh yang sangat mulia serta tempat hunian indra dan kesadaran. Wajah juga mengandung makna 'menghadap' dan mengarahkan tujuan.

Menyerahkan urusan kepada Allah bermakna ketundukan dan keridhaan hati, ridha dengan keputusannya dan memilih apa yang dikehendaki dan diridhai-Nya. Menyerahkan segala urusan kepada Allah merupakan salah satu *maqam* termulia dalam ibadah kepada Allah.

Menyandarkan diri kepada Allah menunjukkan kekuatan orang yang tawakal kepada-Nya. Sebagaimana orang yang menyandarkan punggungnya pada tembok yang kokoh maka ia tidak akan takut jatuh.

Hati memiliki dua jenis kekuatan, yakni mencari yang menunjukkan hasrat yang kuat, dan menjauhkan diri yang menunjukkan ketakutan. Seorang hamba berusaha keras untuk meraih manfaat dan menjauhkan diri dari bahaya. Karena itu, Rasulullah s.a.w menggabungkan kedua kekuatan ini dengan mengatakan, "Dengan penuh harapan dan ketakutan kepada-Mu."

Rasulullah s.a.w mengagungkan Allah dengan menyatakan bahwa seorang hamba tidak memiliki tempat berlindung atau tempat berlari dari Allah kecuali kepada Allah. Allah merupakan Dzat tempat seorang hamba memohon perlindungan dari kemurkaan-Nya. Rasulullah s.a.w bersabda:

"Aku berlindung melalui ridha-Mu dari murka-Mu, melalui ampunan-Mu dari siksaan-Mu, dan aku berlindung kepada-Mu dari-Mu."

Hanya Allah yang memberikan perlindungan kepada hamba-Nya dan menyelamatkannya dari siksaan-Nya, melalui kehendak-Nya. Bencana dan anugerah semata-mata berasal dari Allah. Seorang hamba memohon pertolongan dari Allah untuk menghadapi siksaan dan cobaan, dan hanya memohon keselamatan kepada-Nya. Hanya Allah-lah Tuhan segala sesuatu dan tidak ada yang terjadi tanpa kehendak-Nya.

Jika Allah menimpakan keburukan kepadamu, tak ada yang dapat menghilangkannya kecuali Dia. (QS. Al-An'am: 17)

Katakanlah! Siapakah yang dapat melindungi kalian dari Allah jika Dia menghendaki keburukan bagi kalian atau menghendaki rahmat bagi kalian? (QS. Al-Ahzab: 17)

Rasulullah s.a.w kemudian mengakhiri doa tersebut dengan menegaskan keimanan kepada kitab dan utusan Allah, yang merupakan kunci keselamatan dan kesuksesan dalam kehidupan dunia dan akhirat. Inilah petunjuk Rasulullah s.a.w mengenai tidur.

Rasulullah s.a.w biasa bangun tidur pada sepertiga malam terakhir lalu mengagungkan Allah, memuji Allah, menegaskan keesaan Allah, berdoa kepada-Nya dan bersiwak. Kemudian beliau berwudhu dan shalat sambil membaca Al-Quran, mengagungkan-Nya serta mendambakan-Nya dengan penuh harapan dan ketakutan. Amalan apakah yang lebih dapat menjaga kesehatan hati, tubuh, jiwa dan kekuatan serta yang dapat meraih nikmat kehidupan ini dan kehidupan akhirat selain amalan tersebut?

Mengenai petunjuk Rasulullah tentang aktivitas dan olahraga, kami akan mengungkapkan sebagian petunjuknya yang dapat memuaskan kita. Petunjuknya merupakan petunjuk yang paling sempurna.

Kenyataannya, tubuh dapat mengandalkan makanan dan minuman bagi kelangsungan hidup. Tapi, tidak semua makanan yang kita makan akan dicerna tubuh. Sebagian makanan itu akan tersisa di dalam tubuh dan sisa-sisa makanan atau ampas ini akan bertumpuk sedikit demi sedikit di dalam tubuh. Penumpukan ini membahayakan tubuh karena dapat menyebabkan penyumbatan di berbagai pembuluh darah dan menjadikan tubuh gemuk. Jika orang membersihkan tubuh dari ampas menggunakan obat, tubuhnya akan rusak karena sebagian besar obat-obatan mengandung racun. Obat-obatan bukan hanya mengeluarkan zat-zat merugikan tetapi juga zat-zat makanan yang bermanfaat. Tubuh akan rusak karena proses pengendapan ampas itu dapat memanaskan tubuh sehingga zat-zat besi ikut terpanaskan atau mendinginkan energi alamiah yang berguna untuk proses pembakaran.

Penyumbatan yang disebabkan oleh sisa makanan, baik ampas yang tetap tinggal di dalam tubuh atau dipaksa keluar, sangat berbahaya. Menggerakkan tubuh (olahraga) merupakan salah satu cara terbaik untuk menghindarkan akumulasi ampas. Menggerakkan tubuh dapat memanaskan organ-organ dan menghancurkan ampas yang tertinggal sehingga tidak terakumulasi. Aktivitas fisik ini membuat tubuh menjadi enerjik dan ringan, dapat mengoptimalkan perolehan makanan, mengokohkan sendi-sendi serta menguatkan otot-otot dan jaringan ikat sendi. Aktivitas fisik sedang-sedang saja membuat tubuh kebal menghadapi penyakit dan perubahan suasana hati, asalkan dilakukan pada saat yang tepat dan sistem yang tepat.

Olahraga sebaiknya dilakukan setelah tubuh mencerna makanan. Olahraga yang cukupan (tidak terlalu berat tidak terlalu ringan) adalah aktivitas yang cukup membuat pipi merona, napas memburu dan tubuh segar. Sedangkan olahraga yang sampai menimbulkan keringat adalah aktivitas yang berlebihan.

Organ yang digunakan secara teratur dalam aktivitas fisik akan menjadi lebih kuat, terutama pada saat melakukan olahraga yang menyenangkan. Orang yang berolah raga secara teratur tubuhnya

akan lebih kuat. Demikian pula jika orang melatih pikirannya, maka ingatannya akan menjadi lebih kuat. Setiap organ berolahraga atau beraktivitas sesuai dengan kondisi masing-masing organ. Olahraga otak adalah membaca. Olahraga dada adalah pembicaraan yang keras. Orang seharusnya mulai berbicara dengan nada rendah kemudian menambah volume nadanya. Olahraga telinga adalah mendengar berbagai bunyi dan suara, dari suara yang lembut menuju suara yang lebih keras. Olahraga lidah adalah berbicara, olahraga mata adalah melihat, sedangkan olahraga kaki adalah berjalan secara bertahap.

Menunggang kuda, panahan, gulat dan lari adalah olahraga fisik. Olahraga dapat menghilangkan penyakit-penyakit kronis seperti lepra, busung air dan sembelit.

Hati membutuhkan semacam olahraga, yaitu mencari ilmu, berperilaku, berperasaan bahagia, senang, sabar, keteguhan, keberanian, ketabahan, beramal baik dan sebagainya. Kesabaran, cinta, keberanian, dan kebaikan termasuk di antara bentuk-bentuk olahraga atau aktivitas batin terbaik. Ketika orang mempelajari olahraga batin ini sedikit demi sedikit, sifat-sifat ini pasti akan mengakar dalam dirinya dan menjadi karakteristik seseorang.

Jika Anda mempelajari petunjuk Rasulullah ini, Anda akan mendapati bahwa petunjuk Nabi s.a.w merupakan petunjuk paling sempurna dan paling bermanfaat. Petunjuknya dapat menjaga kesehatan dan stamina tubuh. Juga bermanfaat bagi urusan dunia dan akhirat.

Di samping itu, tak diragukan lagi bahwa shalat dapat menjaga kesehatan tubuh dan membantu menghancurkan ampas yang berlebihan. Shalat juga memelihara keimanan dan mendatangkan kebahagiaan baik di dunia ini maupun akhirat. Bangun di malam hari untuk shalat malam juga dapat menjaga kesehatan. Shalat membantu kita melawan penyakit-penyakit akut dan memberikan energi melimpah bagi tubuh, hati dan jiwa. Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Setan mengikatkan tiga simpul di

tengkuk kepala saat manusia tidur. Pada setiap simpul ia memukul dan mengucapkan kata-kata berikut, 'Selamat bermalam panjang, karena itu tidurlah.' Maka, jika kalian bangun dari tidur dan mengingat Allah, simpul pertama terlepas. Jika berwudhu, simpul kedua terlepas. Jika kalian shalat, simpul ketiga terlepas sehingga bangun dengan segar dan hati yang baik. Jika tidak, kalian bangun pagi hari dalam keadaan malas dan hati yang muram.

Berpuasa dapat menjaga kesehatan. Itu adalah sejenis olahraga bagi tubuh dan jiwa. Tak seorang pun yang sehat fitrahnya dapat mengingkari fakta-fakta ini.

Adapun jihad, yang menuntut totalitas gerakan, merupakan salah satu sarana pemeliharaan kekuatan, kesehatan yang baik, keteguhan hati dan tubuh, serta membuang kotoran yang terakumulasi di dalam tubuh. Jihad juga menghilangkan kesedihan, penderitaan dan depresi. Hanya orang-orang yang pernah merasakan jihad mengetahui fakta-fakta tersebut. Haji dan berbagai manasik hajinya, balapan kuda dan lomba memanah, menolong orang lain untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan mereka, mengunjungi orang sakit, mengiringi pemakaman jenazah, pergi ke masjid untuk shalat Jum'at dan shalat berjamaah, berwudhu dan mandi, semuanya memiliki pengaruh dan manfaat yang sama.

Semua amalan di atas dapat menjaga kesehatan dan membantu tubuh membuang sampah tubuh yang cair dan padat. Ada manfaat lain dalam amalan ini, yaitu amalan ini membantu meraih kebaikan kehidupan dunia, kehidupan akhirat dan menolak musibah.

Dengan demikian kita menyadari bahwa petunjuk Rasulullah merupakan petunjuk terbaik. Petunjuknya lebih unggul dalam hal pengobatan hati dan jasmani, menjaga kesehatan dan menolak bahaya dari hati dan tubuh. Tak perlu bukti tambahan bagi orang-orang yang telah diberi petunjuk yang benar. Semoga Allah memberikan taufik-Nya.

BAB 20
PETUNJUK RASULULLAH MENGENAI BERSETUBUH

PETUNJUK Rasulullah adalah petunjuk paling efektif, karena dapat menjaga kesehatan, menyempurnakan kepuasan dan mencapai tujuan-tujuan yang ingin diperoleh dari aktivitas seksual.

Bersetubuh dimaksudkan untuk mencapai tiga tujuan utama:

- Reproduksi dan mempertahankan kelangsungan umat manusia yang telah Allah tetapkan untuk menghuni dunia ini;
- Mengeluarkan sperma, karena sperma dapat membahayakan jika tetap tinggal dalam tubuh; dan
- Memenuhi hasrat seksual, meraih kenikmatan dan menikmati karunia Allah.

Tujuan terakhir merupakan tujuan yang akan terpuaskan secara sempurna di surga, karena di sana tidak akan ada reproduksi dan tidak ada akumulasi sperma yang perlu dibuang.

Para ahli kesehatan menyatakan bahwa bersetubuh merupakan salah satu cara terbaik untuk menjaga kesehatan. Galenius berkata, "Esensi sperma terdiri atas panas dan udara. Sperma bersifat panas dan basah karena diproduksi dari darah murni yang mengaliri organ-organ utama."

Karena begitu pentingnya sperma, orang harus menyadari bahwa sperma tidak boleh digunakan kecuali untuk tujuan reproduksi atau secara sah membebaskan tubuh darinya ketika sudah terakumulasi. Sperma yang terakumulasi dalam tubuh akan menimbulkan penyakit-penyakit tertentu, seperti obsesi, kegilaan, dan epilepsi. Mengeluarkan sperma membantu menyembuhkan beberapa penyakit. Sperma yang tersimpan dalam tubuh dalam jangka waktu yang lama akan rusak dan berubah menjadi materi beracun yang dapat menimbulkan penyakit-penyakit tertentu. Inilah sebabnya kadang-kadang sperma keluar dari tubuh secara alamiah.

Sebagian ulama salaf berkata, "Manusia hendaknya memperhatikan tiga hal. Pertama, berjalan kaki, sehingga jika suatu saat dibutuhkan ia mampu melakukannya. Kedua, makan, karena jika tidak makan usus-usus dapat menyusut. Ketiga, bersetubuh, karena jika air sumur tidak ditimba air itu akan meluap."

Muhammad bin Zakaria berkata, "Siapa saja yang mengabaikan bersetubuh untuk jangka waktu lama organ-organnya akan lemah, syaraf-syarafnya akan tegang, aliran sperma akan terhalang dan alat kelaminnya akan menyusut. Saya telah melihat beberapa orang yang tidak bersetubuh dengan alasan ingin membujang. Tubuh mereka menjadi dingin, gerakan mereka menjadi kaku dan mereka mengalami depresi. Nafsu makan dan kekuatan pencernaan mereka juga berkurang."

Bersetubuh membantu menjaga pandangan mata, mengendalikan hawa nafsu, menghindarkan orang dari zina dan mencapai tujuan-tujuan utama di atas bersama istri. Jika orang menggunakan spermanya dengan cara yang halal, ia dan istrinya dapat memperoleh manfaat di dunia dan akhirat. Inilah sebabnya Rasulullah s.a.w bersetubuh dan menyukainya. Beliau bersabda, "Dari dunia kalian, yang aku sukai adalah wanita dan wewangian."

Dalam kitab *Az-Zuhd* oleh Imam Ahmad disebutkan juga sebuah tambahan yang bermakna mendalam: "Aku bisa bersabar untuk tidak

makan dan tidak minum, tapi aku tidak sabar untuk menjauhi wanita."

Rasulullah s.a.w mendorong umatnya untuk menikah, "Menikahlah kalian karena pada hari kiamat nanti aku akan membanggakan jumlah kalian terhadap umat-umat lainnya." Ibnu Abbas ra berkata, "Yang terbaik dari umat ini adalah yang paling banyak istrinya."

Rasulullah s.a.w bersabda, "Sesungguhnya aku menikah, makan daging, tidur, bangun (shalat malam), puasa dan berbuka. Siapa yang tidak menyukai sunnahku bukan golonganku." Nabi s.a.w bersabda, "Wahai generasi muda, siapa saja yang telah mampu, menikahlah. Karena menikah membantu menjaga pandangan mata dan menjaga kemaluan. Bagi yang belum mampu, hendaklah ia berpuasa karena puasa dapat mengendalikan nafsu."

Ketika Jabir ra menikahi seorang janda, Rasulullah s.a.w bersabda, "Mengapa engkau tidak menikahi seorang gadis sehingga engkau dapat bercumbu dengannya dan ia bercumbu denganmu?"

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan hadits Anas bin Malik bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Barangsiapa ingin berjumpa dengan Allah dalam keadaan suci dan tersucikan, hendaknya ia menikahi wanita-wanita merdeka." Ibnu Majah juga meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Ibnu Abbas ra meriwayatkan Rasulullah s.a.w yang bersabda, "Kami belum pernah melihat dua orang yang saling mencintai dengan mesra seperti sepasang suami-istri."

Imam Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Abdullah bin Umar meriwayatkan Rasulullah s.a.w bersabda, "Kehidupan dunia ini adalah kesenangan dan sebaik-baik kesenangan dunia adalah istri shalehah."

Rasulullah s.a.w selalu menekankan umatnya untuk menikahi wanita yang masih gadis dan agamis. An-Nasa'i meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Abu Hurairah ra berkata bahwa ketika Rasulullah s.a.w ditanya tentang wanita yang terbaik, beliau menjawab, "Wanita yang menyenangkan suaminya jika dipandang, taat pada suaminya dan menjaga dirinya serta harta suaminya."

Dalam *Shahihain* juga diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Seorang wanita dinikahi karena empat hal: hartanya, keturunannya, kecantikannya dan agamanya. Maka nikahilah wanita yang baik agamanya, niscaya kalian akan terjaga dari keburukan."

Rasulullah s.a.w juga menganjurkan laki-laki untuk menikahi wanita yang dapat memberikan keturunan dan tidak menikahi wanita yang mandul. Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Ma'qil bin Yasar bercerita tentang seorang lelaki yang mendatangi Rasulullah s.a.w. Lelaki itu berkata, "Saya menyukai seorang wanita cantik dan kaya, namun ia mandul. Apakah saya layak menikahinya?" Rasulullah menjawab, "Tidak." Lelaki itu datang untuk kedua kalinya dan Rasulullah s.a.w tetap tidak mengizinkan dia menikahi wanita itu. Pada kedatangan yang ketiga, Rasulullah s.a.w bersabda, "Nikahilah wanita yang dapat melahirkan karena pada hari kiamat nanti saya akan berbangga dengan jumlah kalian terhadap umat-umat lain."

At-Tirmidzi dalam *Sunan*-nya meriwayatkan, Rasulullah s.a.w bersabda, "Empat hal termasuk sunnah para rasul yaitu menikah, bersiwak, memakai wewangian dan memakai inai." Sementara dalam *Jami'* juga disebutkan: "...dan sikap malu (bukan menggunakan inai)..." Penulis pernah mendengar Abul Hajjaj Al-Hafizh menyatakan, "Yang benar adalah khitan bukan inai. Huruf nuun-nya tidak tercantum dalam hasyiah. Demikian juga diriwayatkan oleh Al-Muhamili dari Syaikh Abu Isa At-Tirmidzi.

Mengenai cara bersetubuh, seorang lelaki terlebih dulu harus mencumbui istrinya sebelum bersetubuh dengan jalan mencium dan mengecup bibirnya. Rasulullah selalu melakukan hal itu dengan istri-istrinya. Abu Dawud meriwayatkan dalam *Sunan*-nya, "Sesungguhnya Rasulullah s.a.w biasa mencium Aisyah dan mengecup bibirnya." Jabir bin Abdullah meriwayatkan, "Rasulullah s.a.w melarang bersetubuh sebelum mencumbu sang istri."

Kadang-kadang, Rasulullah menyetubuhi semua istrinya dalam satu malam dan hanya mandi satu kali setelah itu. Kadangkala,

Rasulullah mandi setiap kali menyetubuhi masing-masing istrinya. Imam Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Anas ra berkata, "Rasulullah s.a.w kadang-kadang menyetubuhi semua istrinya dan hanya mandi satu kali setelah itu." Abu Dawud meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Abu Rafi', seorang pelayan Rasulullah, berkata, "Rasulullah s.a.w pernah menyetubuhi semua istrinya dan mandi setiap kali satu hubungan selesai. Saya bertanya, 'Wahai Rasulullah, mengapa tidak satu kali mandi saja?' Beliau menjawab, 'Ini lebih suci, lebih bersih dan lebih baik.'"

Diperbolehkan melakukan persetubuhan dua kali, tetapi setelah persetubuhan pertama ia harus berwudhu dahulu. Imam Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Abu Sa'id al-Khudri bercerita Rasulullah s.a.w pernah bersabda, "Jika salah seorang dari kalian selesai bersetubuh dengan istrinya, kemudian ingin mengulanginya, hendaklah ia berwudhu dulu."

Mandi atau berwudhu setelah bersetubuh menyegarkan tubuh, memulihkan kekuatan dan membersihkan kotoran. Juga merupakan perbuatan penyucian dan pembersihan. Panas alami juga akan kembai ke level aktivitas normalnya setelah terangsang selama bersetubuh. Mandi dapat memenuhi apa yang Allah inginkan berupa kebersihan dan membuang kotoran yang dibenci Allah. Mandi setelah bersetubuh merupakan salah satu cara terbaik untuk menjaga kesehatan dan kekuatan seseorang.

Saat terbaik untuk bersetubuh adalah setelah makanan mengalami proses pencernaan. Saat itu dingin, panas, kering dan basah dari bagian dalam tubuh berada dalam kondisi sedang. Bersetubuh ketika perut kenyang berbahaya, lebih berbahaya daripada bersetubuh ketika perut kosong. Demikian juga lebih berbahaya ketika tubuh merasakan kelembaban berlebihan daripada kering dan panas daripada dingin. Orang seharusnya bersetubuh ketika syahwatnya sedang menggelegak karena pada saat itu tubuh siap untuk bersetubuh, bukan sekadar karena berpikir tentang seks.

Orang sebaiknya tidak memancing-mancing nafsu seksualnya ketika secara alamiah ia tidak terangsang dan tidak pula memaksakan dirinya untuk bersetubuh. Sebaliknya, jika nafsu seksualnya menggelora, orang harus melakukan hubungan seks untuk memenuhinya. Orang seharusnya menghindari berhubungan seks dengan wanita tua, wanita muda yang belum siap untuk bersetubuh atau tidak menginginkannya, wanita yang sakit, wanita yang tidak cantik atau wanita yang tidak disukai. Berhubungan dengan orang-orang seperti itu akan melemahkan kekuatan dan gairah seksual.

Sebagian ahli kesehatan melakukan kesalahan ketika mereka menyatakan bahwa bersetubuh dengan janda lebih baik bagi kesehatan daripada bersetubuh dengan perawan. Pendapat ini bertentangan dengan akal sehat, syariat dan melawan fitrah manusia secara umum. Jika orang menikahi seorang perawan, hati wanita itu akan benar-benar dipersembahkan kepadanya dan akan dipenuhi dengan cintanya. Ia tidak akan membagi cintanya dengan wanita lain. Itulah sebabnya Rasulullah s.a.w bertanya kepada Jabir ra, "Mengapa engkau tidak menikahi seorang gadis perawan?"

Para wanita surga, para bidadari, tidak terjamah oleh seorang lelaki pun sebelum para suami yang beriman tiba di surga. Sebuah nikmat dari Allah yang membuat mereka lebih menarik. Aisyah ra pernah bertanya kepada Rasulullah s.a.w, "Seandainya engkau melewati sebuah pohon yang telah dijamah oleh hewan gembalaan dan sebuah pohon yang belum terjamah, ke pohon mana untamu akan digembalakan?" Rasulullah menjawab, "Pohon yang belum terjamah oleh hewan gembalaan." Yang dimaksud Aisyah adalah bahwa beliau tidak menikahi seorang perawan selain dirinya.

Bersetubuh dengan wanita yang dicintai tidak akan melemahkan tubuh karena memungkinkan keluarnya sperma lebih banyak. Sebaliknya, bersetubuh dengan wanita yang tak dicintai akan melemahkan kekuatannya karena tidak memungkinkan keluarnya sperma dengan jumlah banyak.

Bersetubuh dengan wanita yang sedang haid diharamkan oleh agama dan bertentangan dengan fitrah karena sangat berbahaya. Semua dokter melarangnya.

Posisi hubungan seksual terbaik bagi lelaki adalah berada di atas istrinya. Inilah sebabnya seorang wanita kadang-kadang dinamakan "kasur." Rasulullah s.a.w pernah berkata, "Seorang anak adalah milik si 'kasur'." Posisi seksual ini mencerminkan bagian dari tanggung jawab lelaki terhadap istrinya, karena Allah berfirman:

> *Kaum lelaki adalah pelindung dan pengayom wanita. (QS. An-Nisa': 34)*
>
> *Mereka (para istri) merupakan pakaian kalian (yaitu penutup tubuh atau tirai; maksudnya engkau menikmati kesenangan hidup dengannya), dan kalian (para suami) merupakan pakaian bagi mereka. (QS. al-Baqarah: 187)*

Posisi seksual paling disukai yang telah kami sebutkan diambil dari deskripsi ayat tersebut yang mensifati seorang istri dan suaminya sebagai pakaian satu sama lain.

Posisi hubungan seksual terburuk bagi seorang wanita adalah berada di atas suaminya, karena ini bertentangan dengan fitrah yang telah Allah ciptakan atas lelaki dan wanita. Dengan posisi ini, seorang lelaki tidak akan mampu mengejakulasi spermanya dengan tuntas dan apa pun yang tertinggal akan menjadi kotoran dan membahayakan tubuhnya. Posisi ini juga memungkinkan cairan wanita tumpah ke bawah dari alat kelamin wanita. Rahim tidak akan mampu menampung sperma dalam posisi ini sehingga menyulitkan pembuahan. Seorang wanita seharusnya menjadi pihak penerima. Ketika posisi ini berbalik, yaitu wanita menjadi pemberi, maka perbuatan itu bertentangan dengan fitrah.

Para ahlul kitab biasa bersetubuh dengan istri-istri mereka dari arah samping dengan alasan posisi ini paling menyenangkan kaum wanita. Sedangkan orang-orang Quraisy dan Anshar biasa bersetubuh

dengan wanita mereka dari belakang (tapi masih dalam vagina). Kaum Yahudi mengecam praktik ini. Kemudian Allah berfirman:

> *Istri-istri kalian adalah lahan bagi kalian, datangilah lahan kalian kapanpun atau bagaimanapun kalian inginkan.(QS. Al-Baqarah: 223)*

Dalam *Shahihain* juga diriwayatkan bahwa Jabir ra berkata, "Kaum Yahudi biasa mengatakan bahwa jika seorang lelaki bersetubuh dengan istrinya dari belakang (namun tetap di vagina), keturunannya akan bermata juling. Kemudian Allah berfirman:

> *Istri-istri kalian adalah lahan bagi kalian, datangilah lahan kalian kapanpun atau bagaimanapun kalian inginkan. (QS. Al-Baqarah: 223).*

Riwayat lain dari hadits ini oleh Imam Muslim, Rasulullah s.a.w mengomentari ayat tersebut, "Tidak apa-apa jika engkau inginkan dari belakang atau dari depan, namun tetap dalam satu lubang (vagina)."

Seks dubur dengan seorang istri tidak diperbolehkan oleh Rasul manapun. Tidak benar orang yang mengaitkan dibolehkannya seks dubur dengan sebagian ulama salaf. Abu Dawud meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Abu Hurairah ra meriwayatkan, Rasulullah s.a.w bersabda, "Terkutuklah orang yang bersetubuh dengan istrinya melalui duburnya."

Ahmad dan Ibnu Majah meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Allah tidak memandang lelaki yang bersetubuh dengan istrinya melalui duburnya." At-Tirmidzi dan Ahmad menyebutkan riwayat lain dari hadits yang menyatakan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Siapa saja yang bersetubuh dengan wanita haid atau bersetubuh dengan istrinya melalui duburnya, dan siapa saja yang pergi ke seorang peramal dan mempercayainya, maka ia telah kufur terhadap apa yang diturunkan Allah kepada Nabi Muhammad s.a.w." Dalam riwayat lain dari Al-Baihaqi, Rasulullah s.a.w bersabda, "Siapa saja yang bersetubuh – baik lelaki atau wanita – melalui dubur, ia telah kafir.'

Waki' meriwayatkan dalam *Mushannaf* dari Zum'ah bin Shalih, dari Thawus, dari ayahnya, dari Amru bin Dinar dari Abdullah bin Yazid bahwa Umar bin Khatab menyatakan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Sesungguhnya Allah tidak segan untuk menyatakan kebenaran: janganlah bersetubuh dengan wanita melalui dubur mereka." At-Tirmidzi meriwayatkan bahwa Talq bin Ali berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Janganlah bersetubuh dengan wanita melalui dubur mereka, karena Allah tidak malu untuk mengatakan kebenaran."

Ibnu Adi meriwayatkan dalam kitabnya *al-Kamil* dari hadits Al-Muhaimili, dari Said bin Yahya Al-Umawi bahwa ia menceritakan: Muhammad bin Hamzah meriwayatkan dari Zaid bin Rafie dari Abu Ubaidah bahwa Abdullah bin Mas'ud meriwayatkan Rasulullah s.a.w bersabda, "Janganlah bersetubuh dengan wanita melalui dubur mereka." Sebuah riwayat dari hadits Al-Hasan bin Ali al-Jauhari dari Abu Dzar menyebutkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Siapa saja yang bersetubuh dengan lelaki atau wanita melalui dubur mereka, ia telah kafir.

Ismail bin Iyasy, dari Syuraik bin Abu Shalih dari Muhammad bin Al-Munkadir meriwayatkan Jabir ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Malulah kalian kepada Allah, karena sesungguhnya Allah tidak malu mengatakan kebenaran: janganlah kalian bersetubuh dengan wanita melalui dubur mereka." Ad-Darqutni meriwayatkan hadits ini dengan menggunakan sanad lain yang berbunyi, "Sesungguhnya Allah tidak malu untuk mengatakan kebenaran: haram bersetubuh dengan wanita melalui dubur mereka."

Al-Baghawi juga meriwayatkan bahwa Qatadah pernah ditanya tentang orang yang bersetubuh dengan istrinya melalui dubur dan Qatadah meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Itu merupakan sodomi kecil."

Imam Ahmad juga meriwayatkan bahwa Ibnu Abbas ra berkata (menafsirkan ayat *Istri-istri kalian adalah lahan bagi kalian),* "Ayat tersebut diturunkan berkaitan dengan sebagian kaum Anshar.

Mereka mendatangi Rasulullah s.a.w, bertanya kepadanya dan beliau menjawab, 'Silakan bersetubuh dengan istri kalian sesuai dengan yang kalian inginkan, tapi hindarilah seks dubur.'"

Dalam *Musnad* Imam Ahmad diriwayatkan bahwa Ibnu Abbas berkata, bahwa Umar bin Khatab berkata, "Wahai Rasulullah, saya hancur." Rasulullah s.a.w bertanya, "Apa yang menghancurkanmu?" Umar ra menjawab, "Saya membalikkan ranjangku tadi malam (bersetubuh dari belakang)." Rasulullah s.a.w tidak menjawabnya, tapi kemudian Allah berfirman:

> *Istri-istri kalian adalah lahan bagi kalian, maka datangilah lahan kalian kapanpun atau bagaimanapun kalian inginkan. (QS. al-Baqarah: 223)*

Rasulullah s.a.w bersabda, "Lakukanlah dari depan atau belakang jika kalian inginkan, namun hindarilah haid dan seks dubur." At-Tirmidzi meriwayatkan bahwa Ibnu Abbas ra meriwayatkan Rasulullah s.a.w bersabda, "Allah tidak memandang seorang lelaki yang bersetubuh dengan lelaki lain atau bersetubuh dengan wanita melalui duburnya."

Kami juga mendapatkan riwayat dari hadits Abu Ali Al-Hasan bin Al-Husain bin Duuma, dari Al-Barra bin Azib secara marfu': "Ada sepuluh golongan dari umat ini yang berbuat kufur kepada Allah Yang Maha Agung: pembunuh, tukang sihir, lelaki dayyuts, lelaki yang menyodomi wanita, orang yang tidak mau membayar zakat, orang yang mampu namun tidak berhaji hingga meninggal dunia, pemabuk, orang yang suka mengadu domba, penjual senjata untuk perang haram dan orang yang menikahi wanita yang masih mahramnya."

Abdullah bin Abdul Wahab menyatakan: Abdullah bin Lahi'ah menceritakan sebuah riwayat kepada kami, dari Misyrah bin Ha'aan, dari Uqbah bin Amir ra meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Terkutuk orang yang bersetubuh dengan wanita melalui dubur mereka."

Musnad al-Harits bin Ali Usamah meriwayatkan Abu Hurairah ra dan Ibnu Abbas ra berkata bahwa Nabi s.a.w menyampaikan wejangan

sebelum beliau wafat. Wejangan ini merupakan wejangan terakhir yang beliau s.a.w berikan di Madinah menjelang wafatnya. Beliau bersabda, "Siapa saja yang bersetubuh dengan seorang wanita melalui dubur, bersetubuh dengan sesama lelaki atau dengan seorang anak akan dibangkitkan pada hari kiamat, sedangkan bau yang keluar dari orang itu lebih busuk daripada bau bangkai sehingga orang banyak merasa terganggu dengan baunya hingga ia memasuki neraka. Allah akan menggugurkan pahala-pahalanya dan tidak akan menerima shalat atau puasanya. Ia juga akan dimasukkan ke dalam tabut (peti mati) yang terbuat dari api dan tabut itu akan ditutup rapat dengan paku-paku api neraka."

Abu Hurairah ra berkomentar, "Ini berlaku bagi orang yang tidak bertobat (dari sodomi)." Abu Nu'aim Al-Ashbahani menyebutkan dari hadits Khuzaimah bin Tsabit secara *marfu'*: "Sesungguhnya Allah tidak pernah segan menyampaikan kebenaran: Janganlah kalian menyetubuhi wanita melalui dubur mereka."

Imam Ash-Shafi'i menceritakan: Pamanku Muhammad bin Ali bin Syafi'I mengabarkan kepadaku: Ia berkata: Abdullah bin Ali bin As-Saib mengabarkan kepadaku. Ia berkata: Dari Amru bin Uhaihah bin Al-Qallah, dari Khuzaymah bin Thabit ra berkata: Seorang lelaki mendatangi Rasulullah s.a.w dan bertanya tentang bersetubuh dengan wanita dari arah belakang. Rasulullah s.a.w berkata, "Halal." Ketika lelaki itu berlalu, Rasulullah memanggilnya dan bertanya kepadanya, "Apa pertanyaanmu? Apakah pada salah satu dari dua lubang? Jika pada lubang vagina maka dihalalkan. Adapun bersetubuh melalui lubang dubur diharamkan. Karena Allah tidak malu mengatakan kebenaran: janganlah bersetubuh dengan wanita melalui dubur mereka."

Ar-Rabi' menceritakan: Ada orang bertanya kepada Imam Asy-Syafii: Lalu bagaimana pendapatmu sendiri? Dia menjawab, "Pamanku orang yang dapat dipercaya (*tsiqah*). Abdullah bin Ali juga dapat dipercaya. Amru bin Al-Jallah pernah memuji Ali Al-Anshari ini. Khuzaimah sendiri orang yang tidak diragukan lagi kredibilitasnya.

Sehingga aku sendiri tidak memberi keringanan sedikit pun. Perbuatan menyetubuhi wanita di bagian dubur adalah haram."

Penulis menegaskan: Dari sinilah muncul kekeliruan dari ulama yang diriwayatkan memperbolehkan cara bersetubuh di atas dari kalangan ulama Salaf dan para Imam. Sebenarnya para ulama memperbolehkan dubur sebagai jalan untuk melakukan penetrasi ke arah kemaluan. Artinya, bersetubuh melalui jalan dubur (belakang), bukan bersetubuh di bagian dubur. Sehingga si pendengar merasa rancu dengan menganggap cara bersetubuh itu tidak haram, atau mereka yang tidak dapat membedakan antara kedua cara tersebut. Inilah yang dimaksudkan oleh para Imam dan ulama salaf. Mereka yang memahami selain itu jelas keliru.

Allah berfirman:

Maka datangilah mereka (istri-istri kalian) dari arah yang Allah perintahkan kepada kalian. (QS. Al-Baqarah: 222)

Mujahid berkata, "Saya bertanya kepada Ibnu Abbas ra tentang makna firman Allah *'maka datangilah mereka (istri-istri kalian) dari arah yang Allah perintahkan kepada kalian.'* Ia menjawab: maksudnya adalah, 'Silakah bersetubuh dengan istrimu pada tempat yang sama di mana engkau diharamkan (berhubungan dengannya) ketika ia sedang haid." Ali bin Thalhah berkomentar, "Maksudnya pada vagina."

Ayat di atas menunjukkan bahwa diharamkan untuk bersetubuh pada dubur. Ini ditinjau dari dua sisi berbeda: pertama, Allah hanya membolehkan bersetubuh pada tempat di mana keturunan diciptakan (dikeluarkan), bukan dubur, yang merupakan tempat berbahaya. Tempat keturunan dikeluarkan itulah yang disebutkan dalam firman Allah, *"Dari arah yang Allah perintahkan kepada kalian."* Bersetubuh dengan istri dari belakang vagina juga tercakup dalam ayat tersebut, karena Allah berfirman:

Maka datangilah lahan kalian kapanpun atau bagaimanapun kalian inginkan." (QS. Al-Baqarah: 223)

Maknanya, darimanapun kalian inginkan, dari depan atau belakang. Ibnu Abbas ra berkata, "Maksudnya tetap pada vagina.'

Kedua, Allah mengharamkam bersetubuh melalui vagina dengan wanita yang sedang mengalami haid. Sebagaimana seks dubur, ini akan membahayakan reproduksi. Seks dubur dengan wanita akan mendorong lelaki untuk bersetubuh dengan lelaki melalui dubur.

Seorang istri memiliki hak untuk disetubuhi suaminya secara alamiah (melalui vagina). Seks dubur tidak memenuhi hak ini dan tidak memenuhi syahwat seorang istri. Seks dubur tidak diciptakan untuk perbuatan ini dan tidak cocok baginya, tidak seperti vagina. Orang-orang yang meninggalkan seks melalui vagina dan malahan melakukan seks dubur telah menyimpang dari hikmah dan syariah Allah.

Seks dubur sangat berbahaya bagi lelaki dan inilah sebabnya para dokter yang paling bijak melarangnya. Vagina memiliki kualitas khusus untuk mengeluarkan sperma dari lelaki dan melegakan seorang lelaki darinya. Seks dubur tidak membantu mengeluarkan semua sperma karena memang bukan fitrahnya. Seks dubur berbahaya bagi lelaki karena membutuhkan gerakan-gerakan melelahkan dan bertentangan dengan fitrahnya. Dubur adalah tempat kotoran dan najis, dan seorang lelaki menghadapinya dengan wajahnya dan memeluknya (selama seks dubur). Seks dubur juga sangat berbahaya bagi wanita karena tidak alamiah, abnormal dan tidak cocok dengan tujuan penciptaannya.

Seks dubur menyebabkan depresi dan kesulitan, serta menimbulkan perasaan benci dan asing satu sama lain bagi kedua pihak yang terlibat. Seks dubur menghitamkan wajah, menyesakkan dada, memadamkan cahaya hati dan memberikan kegelapan pada wajah yang akan menjadi tanda bagi orang-orang yang melakukan seks dubur. Seks dubur menimbulkan permusuhan (di antara kedua pelaku) dan akan mengakibatkan kedua pelaku segera berpisah satu sama lain. Seks dubur merusak fitrah kedua pelaku, kecuali jika mereka bertobat kepada Allah dengan hati tulus. Seks dubur menghapus semua kualitas kebaikan dan menggantikannya dengan keburukan-keburukan. Seks

dubur menghancurkan kasih sayang dan hubungan baik di antara kedua pihak, yang akan segera mengutuk dan membenci satu sama lain.

Seks dubur merupakan salah satu penyebab utama kehancuran nikmat-nikmat dan datangnya siksaan serta bencana. Seks dubur mengakibatkan pelakunya dikutuk dan dibenci oleh Allah karena Dia akan mengabaikan dan tidak akan memandang mereka. Kebaikan apa yang dapat diraih orang-orang itu kelak dan keburukan apakah yang dapat mereka hindarkan? Kehidupan seperti apakah yang akan mereka jalani setelah Allah murka pada mereka, benci terhadap mereka, tidak peduli kepada mereka dan menjauh dari mereka?

Seks dubur menghancurkan rasa malu yang merupakan kehidupan hati. Jika hati kehilangan rasa malu, maka hati akan menyukai apa yang dibenci dan membenci apa yang disukai. Akibatnya, hati akan jatuh ke dalam keruntuhan dan kehancuran total.

Seks dubur mengubah perilaku manusia dari cara yang diciptakan Allah, menuju perilaku hewan yang lebih rendah. Jika fitrah mengalami perubahan, maka hati, amalan-amalan dan hidayah juga akan berubah. Orang akan menyukai hal-hal dan perbuatan-perbuatan jahat, mengakibatkan ia jatuh ke dalam kekacauan total dalam keadaan, perbuatan dan ucapannya.

Melebihi perbuatan lain apa pun, seks dubur menyebabkan seseorang memiliki perilaku kasar dan berani melakukan kejahatan. Seks dubur mengakibatkan seseorang mengalami penghinaan, keburukan dan aib.

Akhirnya, seks dubur menyebabkan seorang hamba Allah dibenci dan tidak disukai, sebagaimana terbukti di sekeliling kita.

Semoga shalawat dan salam Allah curahkan kepada orang yang petunjuknya memberikan kebahagiaan kehidupan dunia dan kehidupan akhirat, dan kepada orang-orang yang mengikutinya. Kenestapaan kehidupan dunia dan akhirat merupakan akibat dari menyalahi petunjuknya dan apa yang dibawanya.

Ada dua jenis aktivitas seksual yang berbahaya: pertama, adalah yang dinyatakan berbahaya oleh agama; dan kedua, yang menentang fitrah. Jenis pertama adalah bersetubuh yang dilarang agama. Ini bertingkat-tingkat, sebagian lebih haram daripada yang lainnya. Aktivitas seksual yang dilarang untuk waktu-waktu tertentu lebih ringan keharamannya daripada aktivitas seksual yang dilarang secara permanen. Misalnya, seks yang diharamkan selama puasa, ihram, I'tikaf dan haid. Tak ada hukuman *had* untuk orang yang melanggar jenis larangan ini. Ada dua kategori aktivitas seksual yang dilarang secara permanen. Kategori pertama adalah bersetubuh yang dilarang untuk selamanya, misalnya mengawini orang yang masih mahram. Ini merupakan salah satu jenis aktivitas seksual paling berbahaya. Kategori ini menghendaki hukuman mati sesuai dengan pendapat para ulama, seperti Ahmad bin Hanbal. Ada sebuah hadits shahih yang membenarkan keputusan ini. Kategori kedua adalah bersetubuh yang masih ada kemungkinan untuk menjadi halal, misalnya melakukan perzinaan dengan orang yang secara teori memenuhi syarat untuk dinikahi. Perzinahan ini melanggar dua hak, yaitu hak Allah dan hak suami. Jika wanita dipaksa (diperkosa) untuk melakukan perbuatan ini, maka ada pelanggaran terhadap tiga hak (yaitu hak Allah, hak suaminya dan hak dirinya sendiri). Jika wanita itu memiliki keluarga dan kerabat yang akan malu dengan perkosaan itu, maka ada tambahan hak keempat yang dilanggar. Jika wanita itu masih ada hubungan mahram dengan lelaki yang memperkosanya, maka ada tambahan hak kelima yang dilanggar. Bahaya perbuatan ini bervariasi sesuai dengan tingkatan keharamannya.

Jenis kedua adalah aktivitas seksual yang bertentangan dengan fitrah manusia, baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Sebagai contoh, bersetubuh secara berlebihan dapat melemahkan kekuatan dan merusak saraf-saraf, menyebabkan goncangan yang mengejangkan, kelumpuhan otot wajah, kejang-kejang, melemahkan penglihatan mata dan semua kekuatan tubuh, melemahkan panas alami, melebarkan

pembuluh darah dan membuatnya rentan untuk mengakumulasi zat-zat berbahaya.

Waktu terbaik untuk bersetubuh adalah setelah makanan di dalam perut mengalami proses pencernaan. Tidak baik bersetubuh ketika perut dalam keadaan kosong karena melemahkan panas alami. Juga, tidak baik bersetubuh ketika perut kenyang karena akan menyebabkan penyumbatan-penyumbatan. Bersetubuh juga tidak boleh dilakukan ketika orang sedang gugup, sedih, dilanda kesulitan besar atau sangat bahagia.

Waktu terbaik untuk bersetubuh adalah pada malam hari, terutama setelah makanan tercerna. Setelah itu orang harus mandi atau wudhu lalu tidur sehingga ia akan memperoleh kembali kekuatannya. Orang tidak boleh melakukan aktivitas olahraga setelah bersetubuh karena sangat berbahaya.

BAB 21
PETUNJUK RASULULLAH UNTUK MENGATASI PENYAKIT ASMARA

PENYAKIT asmara merupakan penyakit hati yang berbeda dengan semua penyakit lain dalam hal gejala, penyebab dan pengobatannya. Jika penyakit ini sudah akut, para dokter tak akan mampu menyembuhkannya dan orang yang tertimpa penyakit itu tak akan mampu untuk menahan efeknya.

Allah telah bercerita tentang nafsu asmara yang menyerang kaum wanita dan laki-laki yang mencintai laki-laki. Allah menyebutkan kisah istri al-Aziz (penguasa Mesir) dan Nabi Yusuf as. Allah juga bercerita tentang kaum Nabi Luth as sebagaimana Allah berfirman tentang mereka ketika para malaikat mengunjungi Nabi Luth as:

> *Dan para penduduk kota itu datang dengan gembira (setelah mendengar berita kedatangan para pemuda). Luth berkata kepada mereka, 'Sesungguhnya mereka ini adalah para tamuku, janganlah kalian mempermalukan aku. Bertakwalah kepada Allah dan janganlah kalian menghinakanku.' Mereka (para penduduk kota itu) berkata, 'Bukankah kami telah melarangmu untuk menjamu (melindungi) siapapun dari penghuni alam (manusia, orang-orang asing).' Luth berkata, Ini (gadis-gadis umat ini) adalah putri-putriku (untuk dinikahi secara sah) jika kalian mau melakukannya.' (Allah berfirman kepada Muhammad), 'Demi*

usiamu, sesungguhnya mereka terombang-ambing dalam kemabukan dan kebutaan.' (QS. Al-Hijr: 67-72)

Ada tuduhan palsu yang dilontarkan oleh orang-orang yang tidak menghormati Rasulullah s.a.w. Mereka mengatakan bahwa Rasulullah s.a.w pernah melihat tubuh Zainab binti Jahsy dan berkata, "Segala puji bagi Allah yang membolak-balik hati manusia sebagaimana Dia kehendaki!" Mereka juga menyatakan bahwa Rasulullah s.a.w terkena panah asmara, yaitu hatinya menyukai Zainab. Bahkan, mereka menyatakan bahwa Rasulullah memerintahkan Zaid untuk menjaganya dan tidak menceraikannya hingga Allah menurunkan wahyu:

Dan (ingatlah) ketika engkau berkata kepada dia (Zaid bin Haritsah ra – budak yang telah dimerdekakan oleh Rasulullah s.a.w) yang Allah telah melimpahkan nikmat kepadanya (dengan menuntunnya kepada Islam) dan engkau juga (wahai Muhammad) telah memberikan nikmat kepadanya (dengan membebaskannya dari perbudakan), (engkau berkata kepadanya), 'Pertahankanlah istrimu untuk dirimu dan bertakwalah kepada Allah!, namun, engkau menyembunyikan dalam dirimu [yaitu apa yang Allah telah memberitahukan kamu bahwa Dia akan mengawinkannya (Zainab) denganmu] apa yang Allah akan nyatakan. Engkau takut kepada manusia [yaitu perkataan mereka bahwa Muhammad menikahi istri yang diceraikan oleh bekas budaknya] padahal Allah-lah yang lebih layak untuk ditakuti. (QS. al-Ahzab: 37)

Orang-orang yang melontarkan tuduhan palsu ini juga menyatakan bahwa ayat tersebut berbicara tentang panah asmara. Sebagian dari mereka bahkan menulis sebuah kitab tentang asmara, antara lain berisi kisah cinta beberapa Nabi, termasuk Rasulullah s.a.w! Ini adalah bentuk kebodohan luar biasa dari orang-orang itu tentang Al-Qur'an dan Rasulullah yang menimbulkan kesalahpahaman hingga mengubah makna firman-firman Allah yang sesungguhnya. Tuduhan palsu ini menyatakan Nabi s.a.w melakukan perbuatan yang sama

sekali tak pernah beliau lakukan.

Zaid bin Haritsah ra, yang dijadikan anak angkat oleh Rasulullah sebelum masuk Islam hingga namanya menjadi Zaid bin Muhammad, menikahi Zainab binti Jahsy. Karena Zainab tidak mau rendah hati kepada suaminya, Zaid meminta nasihat Rasulullah s.a.w apakah ia perlu menceraikannya. Rasulullah s.a.w berkata kepadanya, "Pertahankanlah istrimu untuk dirimu dan bertakwalah kepada Allah."

Rasulullah s.a.w berpikir bahwa jika Zaid menceraikannya, beliau akan menikahinya setelah itu. Namun, Rasulullah s.a.w menyembunyikan pemikiran ini dalam hatinya, karena takut pada perkataan orang banyak jika beliau menikahi bekas istri anak angkatnya. Inilah sebabnya dalam ayat ini Allah menyebutkan nikmat-nikmat-Nya atas Rasulullah s.a.w dan memerintahkannya untuk tidak takut terhadap perkataan orang banyak dalam melakukan apa yang telah Allah halalkan bagi dirinya. Allah juga memperingatkannya bahwa kepada Dia-lah seharusnya Rasulullah s.a.w takut. Karena itu, beliau tidak boleh ragu-ragu melaksanakan ketentuan Allah dan tidak takut pada apa yang akan dikatakan orang banyak.

Allah memberitahu Rasulullah s.a.w bahwa setelah Zaid ra menceraikan Zainab, Dia menyerahkan wanita itu kepada Rasulullah untuk dinikahi. Hal ini akan menjadi contoh bagi umatnya bahwa seorang lelaki dihalalkan menikahi bekas istri anak angkatnya. Inilah sebabnya Allah berfirman:

> *Maka tidak berdosa atas kalian jika kalian belum mencampurinya (untuk menikahi anak-anak perempuan mereka), sedangkan istri-istri dari putra-putra kalian yang berasal dari sulbi-sulbi kalian (diharamkan bagi kalian untuk menikahinya). (QS. An-Nisa: 23)*

Dan Allah juga berfirman:

> *Muhammad bukanlah ayah salah seorang dari kalian. (QS. Al-Ahzab: 40)*

Pada awal surah tersebut Allah berfirman:

Dan Dia tidak menjadikan putra-putra angkat kalian sebagai putra-putra kalian sesungguhnya. Itu merupakan perkataan kalian melalui mulut-mulut kalian. (QS. Al-Ahzab: 4)

Renungkan secara mendalam pembelaan Allah terhadap Rasulullah yang menolak tuduhan palsu yang dialamatkan kepadanya. Semoga Allah memberikan taufik-Nya!

Rasulullah s.a.w selalu mencintai istri-istrinya, terutama Aisyah ra, yang paling dicintai di antara mereka. Namun, cintanya kepada mereka tidak mencapai derajat cinta sempurna. Cinta beliau yang sempurna hanya bagi Tuhannya.

Rasulullah s.a.w pernah bersabda, "Seandainya aku akan mengambil seorang sahabat dekat dari penghuni bumi, sungguh aku akan mengambil Abu Bakar sebagai sahabat dekatku."

Dalam riwayat lain, beliau berkata, "Sesungguhnya sahabatmu (maksudnya dirinya Muhammad) adalah sahabat dekat Yang Maha Pengasih."

Penyakit asmara menguasai hati yang kosong dari cinta Allah, mengabaikan-Nya dan lebih menyukai manusia. Jika hati dipenuhi cinta kepada Allah dan kerinduan hati untuk bertemu dengan-Nya, maka cinta ini akan menolak penyakit asmara. Inilah sebabnya Allah berfirman tentang Nabi Yusuf as:

Demikianlah agar Kami menjauhkan daripadanya kejahatan dan persetubuhan yang haram. Sesungguhnya ia (Yusuf) termasuk salah seorang hamba pilihan Kami. (QS. Yusuf: 24)

Ayat ini menunjukkan bahwa keikhlasan merupakan suatu faktor yang dapat menjauhkan nafsu asmara yang dapat mengakibatkan perbuatan dosa dan perzinahan, yang merupakan puncak asmara. Jika penyebab penyakit ditolak, akibat-akibat penyakitnya juga akan tertolak.

Ulama-ulama salaf kita pernah melukiskan penyakit asmara. Mereka mengatakan bahwa penyakit asmara merupakan perbuatan

hati yang hampa dari segala sesuatu kecuali nafsu itu sendiri. Allah berfirman:

> *Dan hati bunda Musa menjadi hampa (dari segala suatu kecuali memikirkan Musa). Hampir saja ia menyingkapkan rahasia Musa. (QS. Al-Qashash: 10)*

Ayat ini melukiskan kehampaan hati ibunda Musa dari setiap perhatian kecuali terhadap Musa, karena cinta terbesarnya adalah baginya dan kasih sayangnya adalah untuknya. Nafsu memiliki dua bagian, yaitu mencintai sesuatu dan keinginan kuat untuk memiliki sesuatu itu. Jika salah satu dari kedua bagian ini tidak ada, nafsu juga tidak ada.

Penyakit asmara telah menyebabkan beberapa orang bijak bingung mengenai kemunculannya dan sebagian dari mereka mengulasnya dari konotasi negatif belaka.

Kami katakan, perihal makhluk-makhluk-Nya, Allah telah memutuskan bahwa di antara manusia ada keselarasan dan kecocokan antara yang serupa perangainya. Manusia terdorong untuk menyukai perangai yang mirip dengan mereka dan menolak perangai yang tidak mirip dengan mereka. Rahasia keharmonisan di dunia ini dikarenakan adanya kesamaan-kesamaan di antara berbagai tabiat dan karakter manusia. Manusia condong pada obyek-obyek yang sama, sedangkan obyek-obyek yang tidak sama cenderung mengabaikan satu sama lain. Allah berfirman:

> *Dia yang menciptakan kalian dari satu jiwa (Adam) dan menjadikan darinya istrinya (Hawa) agar ia dapat hidup tenteram dengannya. (QS. Al-A'raf: 189)*

Allah telah menciptakan penyebab mengapa seorang lelaki merasa tertarik dan, selanjutnya, bernafsu terhadap wanita. Seorang wanita diciptakan dari unsur yang sama dengan unsur penciptaan seorang lelaki. Akan tetapi, daya tarik antara lelaki dan wanita tidak hanya disebabkan karena kecantikan atau penampilan fisik, namun

juga kesamaan dalam kebiasaan, tujuan, keinginan dan perangai. Semua kesamaan itu dapat membangkitkan nafsu.

Dalam *Shahih* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Roh-roh itu ibarat barisan prajurit yang teratur: yang saling mengenal akan saling serasi dan yang tidak saling mengenal akan saling membenci."

Imam Ahmad meriwayatkan dalam *Musnad*-nya sebab-musabab munculnya hadits tersebut: "Ada seorang wanita Mekkah yang penampilannya lucu. Ketika ia datang ke Madinah, ia tinggal bersama seorang wanita yang juga suka melucu sehingga membuat orang-orang Madinah tertawa. Kemudian Rasulullah s.a.w bersabda, "..roh-roh itu ibarat barisan prajurit...."

Syariat Allah menetapkan bahwa sesuatu yang karakternya sama memiliki kedudukan yang sama. Syariat tidak pernah memisahkan antara hal-hal yang sama dan serasi, dan tidak pernah memaksa bersatunya dua hal yang berlawanan. Orang-orang yang berpikir sebaliknya adalah orang-orang yang tidak paham syariat, yang pengetahuan agamanya kurang atau usaha mereka kurang untuk memperoleh pengetahuan tentang hal-hal yang sama dan hal-hal yang berlawanan. Melalui kebijakan dan keadilan-Nya, tegaklah kemaslahatan ciptaan dan ajaran syariat-Nya: yakni penyatuan hal-hal yang tidak sama dan pemisahan hal-hal yang berlawanan. Fakta ini terbukti dalam kehidupan ini dan di akhirat. Allah berfirman:

> *(Kelak dikatakan kepada para malaikat). "Kumpulkanlah orang-orang yang zalim dan teman-teman mereka (dari golongan iblis) serta apa yang mereka sembah selain Allah. Giringlah mereka meniti jalan menuju neraka jahannam." (QS. Ash-Shafaat: 22-23)*

Umar bin Khatab , juga diikuti oleh Imam Ahmad pernah menyatakan: "Pasangan-pasangan mereka adalah orang-orang yang setipe dan serupa dengan mereka." Allah berfirman:

Dan jika jiwa-jiwa digabungkan dengan pasangan-pasangan (yang baik dengan yang baik dan yang buruk dengan yang buruk). (QS. At-Takwir: 7)

Ayat ini menunjukkan bahwa masing-masing orang akan dipertautkan dengan orang yang sama. Orang-orang yang saling mencintai karena Allah akan dipertemukan di dalam surga, sedangkan orang-orang yang saling mencintai karena iblis akan dipertemukan di dalam neraka. Suka atau tidak suka, mereka harus menerima keputusan itu. Al-Hakim dalam *Shahih*-nya meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Seseorang tidak mencintai suatu kaum kecuali ia akan dihimpun bersama mereka (pada hari kiamat)."

Ada beberapa macam cinta, yang paling baik dan paling mulia adalah cinta karena Allah, yakni mencintai apa yang dicintai-Nya, mencintai Dia dan Rasul-Nya. Cinta yang lain adalah cinta yang terjalin karena kesamaan agama, sekte, hubungan, keahlian atau tujuan. Bentuk cinta lainnya adalah cinta yang tumbuh karena ingin mendapatkan sesuatu dari pihak yang dicintai, apakah berupa jabatan, uang, ilmu atau tujuan lain. Inilah cinta materi yang akan hilang ketika tujuan sudah tercapai.

Cinta karena persamaan-persamaan di antara dua pihak tidak akan memudar kecuali ada faktor yang membuatnya memudar. Cintanya orang yang terkena panah asmara termasuk jenis cinta ini. Cinta ini lahir dari jiwa dan hati yang saling berbagi. Tak ada jenis cinta lain yang dapat menimbulkan efek-efek spesifik seperti yang dialami orang-orang yang dilanda penyakit asmara seperti rasa was-was, perasaan rindu dendam, hati yang kalut dan perasaan sejenis lainnya.

Jika orang mengatakan bahwa jika penyebab penyakit asmara adalah sebagimana yang diungkapkan di atas, yaitu adanya kecocokan dan keserasian jiwa, mengapa saling mencintai di antara kedua belah pihak sering tidak abadi? Bahkan ketidakabadian itu ada pada pihak yang mencintai?

Jawabannya adalah karena hilangnya sesuatu yang menjadi syaratnya atau karena adanya suatu penghalang. Hilangnya cinta diakibatkan oleh salah satu dari tiga faktor: pertama, cacat dalam cinta itu sendiri, yakni cintanya hanya bersifat sesaat tidak sejati. Dalam hal ini, memang tidak harus ada kebersatuan, namun justru kadang timbul kebencian. Kedua, ada penghalang dari orang yang mencintai yang menghalangi cinta kasihnya kepada pihak yang dicintai, misalnya karena faktor perilaku buruk, cara hidup, perbuatan-perbuatan, dan penampilan. Ketiga, ada penghalang dari pihak yang dicintai untuk membalas cinta orang yang mencintainya. Jika faktor-faktor ini tidak ada, maka cinta akan berbalas dan menjadi cinta sejati.

Kesombongan, kedengkian, gila kekuasaan dan permusuhan orang-orang kafir merupakan penyebab utama mengapa para Rasul tidak lebih dicintai oleh mereka daripada diri mereka, keluarga dan keturunan mereka sendiri. Jika penghalang-penghalang ini dihilangkan dari hati pengikut-pengikut para Rasul, cinta mereka kepada para Rasul tentu akan melebihi cinta mereka kepada diri mereka, istri-istri, anak-anak dan kekayaan mereka sendiri.

Penyakit asmara, sebagai salah satu penyakit, tentu saja dapat diobati. Bila seorang pecinta menempuh cara yang sah untuk mendapatkan obyek cintanya, maka itulah obatnya. Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Ibnu Mas'ud ra berkata, Rasulullah s.a.w bersabda, "Wahai para pemuda, siapa saja di antara kalian yang sudah mampu, hendaklah menikah. Namun, siapa saja yang belum mampu, hendaklah ia berpuasa karena puasa itu dapat menjadi obat."

Rasulullah s.a.w telah mengarahkan umatnya menuju cara-cara terbaik untuk memperoleh apa yang mereka cintai. Ada dua cara. Pertama, menikah dan inilah obat sempurna penyakit ini. Karena itu, manusia tidak perlu mencari cara lain selain yang diberikan Rasulullah s.a.w. Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Kami tak melihat cara terbaik bagi orang yang saling mencintai kecuali nikah."

Inilah makna firman Allah ketika Dia mengizinkan para wanita merdeka dan para wanita budak untuk dinikahi. Allah berfirman:

> *Allah ingin meringankan (beban) kalian dan manusia diciptakan dalam keadaan lemah (tak dapat bersabar untuk meninggalkan bersetubuh dengan wanita). (QS. An-Nisa:28)*

Dalam ayat ini Allah menyebutkan kelemahan manusia dan menyatakan bahwa Dia telah mempermudah masalah-masalah bagi lelaki dengan membolehkannya menikahi beberapa wanita yang ia inginkan, dua, tiga, atau empat. Dia juga membolehkan lelaki menikahi wanita budak jika ia inginkan untuk menyembuhkan kelemahan umat manusia dan sebagai tindakan kasih sayang-Nya kepada para hamba-Nya.

Jika tidak ada cara sah yang mampu ditempuh seseorang yang sedang jatuh cinta untuk mencapai obyek cintanya, maka penyakit asmara akan menjadi penyakit yang berat. Ia harus menyadari bahwa ia tak dapat meraih obyek itu. Jika dalam keadaan putus asa itu asmara tetap bersemayam, maka perlu ditempuh solusi lain yang dapat membantu pikirannya. Ia harus meyakinkan dirinya bahwa cintanya terhadap sesuatu yang tak dapat dicapai merupakan suatu kegilaan/ kemustahilan. Itu sama halnya dengan orang yang jatuh cinta pada matahari, maka jalan satu-satunya untuk mencapainya adalah terbang menuju kepadanya! Tentu saja, semua orang menganggap ini sebagai suatu yang mustahil.

Jika seseorang tak dapat mencapai cintanya dengan cara yang sesuai dengan syariat agama, ia harus meyakinkan dirinya bahwa meraih asmara tidak mudah karena Allah tidak mengizinkannya. Demi keselamatannya, ia harus meninggalkan masalah itu dan menyadari bahwa obyek cintanya itu mustahil untuk dicapai.

Jika hati seseorang mendesaknya untuk berbuat jahat, tidak menerima cara ini, hendaknya seorang hamba meninggalkan angan-angannya itu karena dua hal: karena takut kepada Allah atau karena keyakinan bahwa kehilangan apa yang dicintai itu lebih bermanfaat dan

akan menggiringnya untuk mendapatkan kepuasan dan kesenangan yang lebih lama. Dalam hal ini, orang yang berakal akan menyadari perbedaan antara dua obyek kesenangan itu. Karena itu, orang seharusnya tidak memilih kesenangan sesaat yang akan segera berubah menjadi malapetaka besar daripada kesenangan abadi yang tak dapat diperbandingkan dengan apa pun. Kesenangan sesaat adalah mimpi atau khayalan yang akan segera berakhir dan memudar, sedangkan tanggung jawab atas perbuatan itu akan kekal.

Harus disadari bahwa tindakan dosa itu mungkin mengakibatkan kehilangan berlipat ganda, yakni kehilangan tujuan yang didambakan (kekasih) dan kehilangan sesuatu yang lebih besar. Jika orang menyadari ini maka kehilangan kekasih yang didambakan akan terasa ringan dalam hatinya dan bersifat sabar akan lebih bermanfaat. Akal sehat, agama, kehormatan, dan harga diri menuntut orang yang tertimpa persoalan itu bersikap sabar menghadapi kehilangan tujuan yang kurang dicintai demi meraih kesenangan, kepuasan dan kebahagiaan yang lebih besar, sedangkan kebodohan, kezaliman, ketidakabadian, dan ketidakdewasaan seseorang akan menyuruh dia untuk mengutamakan tujuan sesaat dan mengorbankan tujuan yang lebih besar. Orang-orang yang terpelihara adalah orang-orang yang dipelihara oleh Allah.

Jika hati seseorang tidak menerima solusi ini dan tidak suka menggunakan pengobatan yang kami sebutkan, hendaklah ia merenungkan akibat-akibat buruk dari tindakan memuaskan hawa nafsunya. Ia harus menyadari bahwa memuaskan hawa nafsu merupakan penyebab utama kejahatan dalam kehidupan ini; kejahatan mencegah seseorang menggunakan akal sehat yang mengontrol tingkah lakunya, padahal akal sehat seharusnya digunakan untuk menuntun seseorang memperoleh kebaikan dalam kehidupan ini. Jika hati seseorang masih tidak menerima pengobatan yang kami sebutkan, hendaklah ia mengingat kekurangan dan kelemahan tujuan yang didambakan, sehingga ia mungkin tidak jadi menyukai tujuan itu.

akan menggiringnya untuk mendapatkan kepuasan dan kesenangan yang lebih lama. Dalam hal ini, orang yang berakal akan menyadari perbedaan antara dua obyek kesenangan itu. Karena itu, orang seharusnya tidak memilih kesenangan sesaat yang akan segera berubah menjadi malapetaka besar daripada kesenangan abadi yang tak dapat diperbandingkan dengan apa pun. Kesenangan sesaat adalah mimpi atau khayalan yang akan segera berakhir dan memudar, sedangkan tanggung jawab atas perbuatan itu akan kekal.

Harus disadari bahwa tindakan dosa itu mungkin mengakibatkan kehilangan berlipat ganda, yakni kehilangan tujuan yang didambakan (kekasih) dan kehilangan sesuatu yang lebih besar. Jika orang menyadari ini maka kehilangan kekasih yang didambakan akan terasa ringan dalam hatinya dan bersifat sabar akan lebih bermanfaat. Akal sehat, agama, kehormatan, dan harga diri menuntut orang yang tertimpa persoalan itu bersikap sabar menghadapi kehilangan tujuan yang kurang dicintai demi meraih kesenangan, kepuasan dan kebahagiaan yang lebih besar, sedangkan kebodohan, kezaliman, ketidakabadian, dan ketidakdewasaan seseorang akan menyuruh dia untuk mengutamakan tujuan sesaat dan mengorbankan tujuan yang lebih besar. Orang-orang yang terpelihara adalah orang-orang yang dipelihara oleh Allah.

Jika hati seseorang tidak menerima solusi ini dan tidak suka menggunakan pengobatan yang kami sebutkan, hendaklah ia merenungkan akibat-akibat buruk dari tindakan memuaskan hawa nafsunya. Ia harus menyadari bahwa memuaskan hawa nafsu merupakan penyebab utama kejahatan dalam kehidupan ini; kejahatan mencegah seseorang menggunakan akal sehat yang mengontrol tingkah lakunya, padahal akal sehat seharusnya digunakan untuk menuntun seseorang memperoleh kebaikan dalam kehidupan ini. Jika hati seseorang masih tidak menerima pengobatan yang kami sebutkan, hendaklah ia mengingat kekurangan dan kelemahan tujuan yang didambakan, sehingga ia mungkin tidak jadi menyukai tujuan itu.

Hendaklah ia bertanya kepada para tetangga orang yang dicintainya tentang apa yang tidak ia ketahui mengenai sifat-sifat dan perilakunya. Merupakan fakta bahwa sifat-sifat yang baik akan mendekatkan orang-orang yang dicintai, sedangkan kekurangan akan memisahkan mereka. Orang harus menimbang kedua sisi serta memilih jalan terbaik dan paling disukai untuk ditempuh. Ia hendaknya tidak tertipu oleh penampilan luar. Hendaklah orang berpikir melampaui keindahan lahiriah dan menukik ke realitas yang sesungguhnya. Hendaklah orang memandang juga baik buruknya hati seseorang.

Jika semua pengobatan ini tidak berhasil, maka tidak ada pilihan kecuali memohon kepada Allah. Dialah yang menjawab permohonan orang-orang yang berada dalam kesulitan ketika mereka menyeru-Nya. Hendaklah ia berlari dan mengetuk pintu-Nya untuk memohon bantuan-Nya dengan kerendahan hati, kehinaan dan ketaatan.

Orang-orang yang dituntun menuju kesuksesan ini harus berbuat secara terhormat dan merahasiakan urusan mereka, tidak bercerita tentang keburukan orang yang dicintai kepada orang banyak. Jika hal itu dilakukan, ia telah berbuat zalim dan melampaui batas.

Jangan tertipu oleh hadits palsu yang mengatasnamakan Rasulullah s.a.w yang diriwayatkan oleh Suwaid bin Said, dari Ali bin Mushir, dari Abu Yahya Al-Qattat, dari Mujahid, dari Ibnu Abbas, dari Nabi, diriwayatkan pula dari Ibnu Muishir dari Hisyam bin Urwah dari ayahnya dari Aisyah dari Nabi. Diriwayatkan oleh Az-Zubair bin Bakar, dari Abdul Malik bin Abdul Aziz bin Majisyun, dari Abdul Aziz bin Hazim, dari Ibnu Abi Najih, dari Mujahid, dari Ibnu Abbas dari Nabi bahwa beliau bersabda, "Barangsiapa terkena panah asmara, lalu ia menjaga kesuciannya, lalu ia meninggal dunia, maka ia mati syahid." Dalam riwayat lain disebutkan: "Barangsiapa terkena panah asmara, lalu ia menyembunyikan perasaannya, menjaga diri dan bersabar, akan Allah ampuni dosa-dosanya dan akan Allah masukkan ke dalam Surga-Nya."

Syahid adalah kedudukan tinggi di sisi Allah, disejajarkan dengan kedudukan para shiddiq. Kedudukan ini harus dicapai dengan amalan

dan kondisi tertentu yang merupakan syarat mutlak. Syahid ada dua macam: syahid umum dan syahid khusus. Syahid khusus adalah syahid fi sabilillah. Syahid umum ada lima, disebutkan dalam sebuah hadits shahih, dan mati karena tertikam panah asmara tidak termasuk di dalamnya. Karena panah asmara bisa merupakan perbuatan syirik terhadap Allah dalam cinta, merupakan hasil kealpaan terhadap Allah serta membiarkan hati, jiwa dan cinta menjadi milik selain Allah. Maka bagaimana mungkin ia termasuk kedudukan yang mendatangkan mati syahid?

Bahaya panah asmara terhadap hati melebihi sesuatu. Ia bahkan dapat disebut sebagai khamernya rohani yang menyebabkan jiwa mabuk kepayang sehingga menghalanginya untuk berdzikir kepada Allah. Hati orang yang dirundung asmara akan menjadi hamba kekasihnya. Cinta kasih itulah yang mengoptimalkan rasa tunduk, kecintaan dan kepasrahan mendalam. Bagaimana mungkin ketundukan hati kepada selain Allah dapat membawa seseorang kepada kedudukan mulia di kalangan ahli tauhid, di kalangan pemuka dan orang istimewa di antara mereka.

Asmara sendiri ada yang halal dan ada yang haram. Maka, bagaimana mungkin Rasulullah s.a.w memvonis setiap orang yang tertikam panah asmara, lalu menyembunyikan perasaannya dan menjaga diri, dia pasti syahid? Bagaimana jika orang mencintai istri orang lain, pelacur atau anak-anak kecil? Hal itu tentu bertentangan dengan ajaran Rasulullah s.a.w.

Jika kita perhatikan berbagai penyakit yang penderitanya dijanjikan mati syahid oleh Rasulullah s.a.w, kita akan mendapati bahwa penyakit itu adalah penyakit yang tak dapat disembuhkan lagi. Misalnya, orang yang tertikam, orang yang terkena pes, orang yang tertimpa benda keras, orang yang terbakar, tenggelam, wanita yang meninggal saat bersalin. Semua penyakit itu merupakan cobaan dari Allah, bukan karena perbuatan si hamba sendiri, juga tidak dapat disembuhkan, sehingga bukan merupakan faktor yang diharamkan, tidak juga menyebabkan kelalaian hati pada Allah.

Karena itu, tak seorang pun dari Imam yang dikenal sebagai hafizh mengakui kebenaran hadits tersebut atau setidaknya menyatakannya sebagai hadits hasan. Ulama mengingkari Suwaid sebagai perawi hadits, sehingga ia tertuduh secara dahsyat, bahkan sebagian ulama menganggap ia layak diperangi atau dibunuh!

BAB 22
MENJAGA KESEHATAN DENGAN WEWANGIAN

Aroma harum dan wewangian adalah makanan roh dan roh merupakan dinamo bagi seluruh kekuatan tubuh. Wewangian membersihkan otak, jantung dan organ-organ dalam serta memberikan kebahagiaan hati dan jiwa. Wewangian juga obat yang sangat baik serta zat bagi jiwa. Ada hubungan erat antara jiwa yang sehat dengan wewangian. Inilah sebabnya wewangian termasuk yang paling disukai di dunia ini oleh orang paling suci dari semua manusia, yaitu Rasulullah s.a.w.

Bukhari dalam *Shahih*-nya meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w tidak pernah menolak wewangian yang dihadiahkan kepadanya. Muslim juga dalam *Shahih*-nya meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Siapa saja yang diberi wewangian, hendaknya jangan menolak, karena mudah untuk memakainya dan memiliki bau harum."

Abu Dawud dan an-Nasa'i dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Barangsiapa diberi minyak wangi, hendaklah ia tidak menolaknya, karena ringan bobotnya dan harum baunya."

Dalam Musnad Al-Bazzar, dari Nabi diriwayatkan bahwa beliau bersabda, "Sesungguhnya Allah itu Maha Indah dan menyukai keindahan, Maha Bersih dan menyukai kebersihan, Maha Mulia dan menyukai kemuliaan, Maha Pemurah dan menyukai kemurahan.

Bersihkanlah teras dan halaman rumah kalian, jangan menyerupai orang-orang Yahudi yang biasa menyimpan *akba* (sampah) di rumah-rumah mereka."

Ibnu Abi Shaibah juga meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w memiliki suatu wadah yang berisi beberapa wewangian dan beliau biasa mengharumkan tubuhnya dengannya. Rasulullah s.a.w juga bersabda, "Sesungguhnya Allah memiliki hak atas setiap Muslim, yaitu hendaklah ia mandi (minimal sekali) dalam tujuh hari, dan jika ia memiliki wewangian, hendaklah ia memakainya."

Para malaikat menyukai wewangian, sedangkan setan membencinya. Bau yang paling disukai oleh setan-setan adalah bau busuk, sementara jiwa-jiwa yang baik menyukai bau-bau yang harum. Setiap jiwa condong pada, dan layak menerima, apa yang ia sukai. Lelaki-lelaki jahat cocok bagi wanita-wanita jahat dan sebaliknya, sedangkan lelaki-lelaki yang baik cocok bagi wanita-wanita yang baik dan sebaliknya. Meskipun pernyataan ini berlaku untuk kaum lelaki dan kaum wanita umumnya, ini juga berlaku bagi setiap jenis perbuatan, ucapan, makanan, minuman, pakaian dan bau.

BAB 23
MENJAGA KESEHATAN MATA

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan dari Abdurrahman bin An-Nu'man bin Ma'bad bin Haudzah Al-Anshari, dari ayahnya, dari kakek-nya bahwa Rasulullah s.a.w memerintahkan celak *ithmid* yang dibubuhi minyak wangi menjelang tidur. Namun beliau menambahkan, "Orang yang berpuasa hendaknya menjauhinya." Abu Ubaid meriwayatkan bahwa arti dibubuhi minyak wangi adalah dibubuhi minyak kesturi.

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya dan yang lainnya menyebutkan dari Ibnu Abbas ra bahwa Rasulullah s.a.w memiliki tempat celak yang beliau gunakan tiga kali di bagian mata. Sementara dalam riwayat At-Tirmidzi, dari Ibnu Abbas bahwa jika memakai celak, Nabi s.a.w menggunakan tiga kali pada mata kanan, dimulai dari kanan dan diakhiri di bagian kanan dan dua kali pada bagian kiri.

Abu Dawud meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Siapa saja yang bercelak seharusnya ia menggunakan bilangan ganjil." Orang seharusnya menggunakan bilangan ganjil ketika memakai celak pada kedua matanya, tiga kali pada mata kanan dan selanjutnya dua kali pada mata kiri. Atau, orang seharusnya menggunakan celak tiga kali pada masing-masing mata, sebagaimana dinyatakan oleh Imam Ahmad.

Celak menjaga kesehatan mata, menguatkan dan menjernihkan penglihatan, menghilangkan zat-zat berbahaya serta menambah

sentuhan keindahan mata. Jika orang menggunakan celak sebelum tidur, maka celak itu bermanfaat bagi mata, terutama karena mata tidak akan bergerak dan dengan demikian celak akan memiliki efeknya yang paling menguntungkan. *Ithmid* memiliki keistimewaan tersendiri.

Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Abdullah bin Umar ra meriwayatkan dari Rasulullah s.a.w bersabda, "Pakailah celak mata karena menjernihkan mata dan menumbuhkan bulu mata."

Sementara dalam kitab Abu Nu'aim disebutkan, "Sesungguhnya *ithmid* itu dapat menumbuhkan bulu mata, menghilangkan kotoran dan menjernihkan pandangan." Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-Nya bahwa Ibnu Abbas meriwayatkan Rasulullah s.a.w bersabda, "Sebaik-baik celak kalian adalah *ithmid karena menjernihkan penglihatan dan menumbuhkan bulu mata."*

BAGIAN III

DAFTAR NAMA OBAT-OBATAN DAN AMALAN PENYEMBUHAN DISUSUN BERDASARKAN URUTAN HURUF ABJAD ARAB

HURUF HAMZAH

1. *ITHMID* (CELAK)

Ithmid adalah batu celak hitam. Jenis *ithmid* terbaik berasal dari Isfahan (Persia), namun *ithmid* juga ditemukan di wilayah-wilayah barat. *Ithmid* yang terbaik adalah *ithmid* yang dapat melekat dengan cepat, memiliki butiran berkilauan, bagian dalamnya halus dan tidak mengandung kotoran.

Celak bersifat dingin dan kering. Celak berkhasiat menguatkan mata dan saraf mata, menghilangkan daging berlebihan di sekitar koreng dan menutup luka sewaktu membersihkan wilayah sekitarnya. Jika dicampur dengan madu berair murni, *ithmid* dapat mengobati sakit kepala. *Ithmid* yang ditumbuk dan dicampur dengan lemak segar dapat dimanfaatkan sebagai pembalut luka bakar. Campuran ini dapat mencegah munculnya lepuh-lepuh sekaligus menyembuhkan kerusakan kulit akibat luka bakar. *Ithmid* merupakan jenis celak terbaik. Jika dicampur dengan minyak kesturi, *ithmid* sangat berguna untuk seseorang yang pandangan matanya telah lamur, terutama orang tua.

2. *UTRUJJ* (SITRUN)

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Perumpamaan seorang Mukmin yang membaca Al-Qur'an adalah seperti *utrujj*, rasanya enak dan baunya harum."

Sitrun memiliki banyak khasiat. Ada empat unsur dalam sitrun: kulit, daging buah, zat asam dan biji. Masing-masing unsur memiliki keistimewaan sendiri. Kulitnya bersifat panas dan basah. Zat asamnya mempunyai sifat dingin dan kering, sedangkan bijinya bersifat panas dan kering.

Kulit sitrun memiliki beberapa khasiat. Jika diletakkan di lemari pakaian, kulitnya dapat mencegah jamur. Baunya yang semerbak mengharumkan bau busuk dan udara yang tercemar. Kulit sitrun dapat memperbaiki bau makanan dan menghilangkan bau busuk. Jika dicampurkan dalam makanan, kulitnya dapat membantu proses pencernaan. Pengarang *al-Qanun* mengatakan, "Perasan kulit sitrun berkhasiat mengobati luka gigitan ular, sedangkan kulitnya digunakan sebagai pembalut untuk gigitan ular. Abu bakaran kulitnya digunakan sebagai salep yang efektif melawan lepra."

Daging buah sitrun yang dilembutkan dapat meredakan panas perut, membantu orang-orang yang menderita penyakit kuning dan mengurangi uap tubuh yang panas. Al-Ghafiqi berkata, "Daging buah sitrun dapat menyembuhkan bawasir jika dimakan."

Zat asam yang terkandung dalam sitrun dapat mengobati penyakit kuning, menenangkan debaran jantung karena panas, mengontrol muntah dan jika dikonsumsi sebagai minuman atau celak dapat menyembuhkan penyakit kuning. Zat asam dalam sitrun juga perangsang selera makan yang baik, membantu mengobati diare. Zat asam sitrun juga dapat menghilangkan keputihan serta menyembuhkan dan memerangi bintik-bintik kulit jika diborehkan di bagian luar tubuh. Zat asam sitrun juga dapat menyembuhkan herpes. Zat asam sitrun melawan noda tinta pada pakaian. Sitrun juga memiliki efek mendinginkan, yaitu mendinginkan panas lever, memperkuat perut, mengurangi ketajaman penyakit kuning dan depresi yang menyertainya, serta dapat menghilangkan dahaga.

Biji sitrun memiliki energi pengemulsi dan pengering. Ibnu Masawaih berkata, "Kulit biji sitrun yang dikelupas, dimasak dan diminum dengan air hangat dapat menetralisir racun-racun mematikan. Orang yang terkena racun meminum sebanyak dua takaran, masing-masing takaran sekitar 25 gram. Biji sitrun yang ditumbuk kemudian diborehkan di luka sengatan binatang dapat pula membantu. Biji buah ini juga menambah bau harum pada rasa. Sebagian besar khasiat ini

juga ada pada daging buahnya.

Dua takaran biji sitrun yang diminum dengan air hangat dapat membantu melawan sengatan kalajengking, juga apabila ditumbuk atau diletakkan pada daerah yang terserang. Biji buah ini dapat mengobati semua jenis racun dan semua jenis sengatan binatang berbisa.

Sehubungan dengan buah ini ada kisah tentang dokter-dokter Persia yang dimarahi Kaisar. Kaisar memerintahkan agar mereka dipenjarakan. Di dalam penjara para dokter diminta memilih salah satu dari dua macam makanan. Mereka memilih sitrun. Ketika ditanya, "Mengapa kalian memilih sitrun?" Dokter-dokter itu menjawab, "Karena sitrun dapat menjadi minyak wangi, menyenangkan bila dipandang, kulitnya berbau harum, dagingnya adalah buah, zat asamnya adalah lauk, bijinya adalah penangkal dan mengandung lemak."

Kiranya buah yang sarat khasiat itu memang layak untuk makhluk terbaik, yaitu orang beriman yang membaca Al-Qur'an. Kami seharusnya menyebutkan bahwa sebagian ulama salaf suka memandang sitrun karena menyenangkan dan membahagiakan.

3. *ARUZZ* (BERAS)

Ada dua hadits palsu mengenai beras. Pertama, "Seandainya beras itu manusia, maka ia dapat bersabar." Kedua, "Segala sesuatu yang dihasilkan bumi mengandung penyakit dan obat, kecuali beras. Beras adalah obat dan tidak memiliki penyakit (atau efek samping)." Kami menyebutkan hadits palsu ini agar orang tidak menghubungkannya dengan Rasulullah s.a.w.

Beras mempunyai sifat panas dan kering. Beras adalah makanan paling bergizi setelah gandum. Beras sangat berkhasiat karena memadatkan isi rongga usus serta melapisi dan memperkuat perut. Dokter-dokter India mengatakan bahwa beras merupakan makanan paling berkhasiat jika dimasak dengan susu lembu. Beras mengandung gizi, menyuburkan tubuh, menambah produksi sperma dan membersihkan pigmen tubuh.

4. *ARZ* (BERAS KETAN)

Arz juga dinamakan *sanawbar*. Rasulullah menyebutkan beras ketan ketika bersabda, "Perumpamaan seorang mukmin itu ibarat rumput besar yang diputar-putarkan angin, kadang-kadang tegak dan kadang-kadang miring; perumpamaan seorang munafik ibarat *arz*, selalu tegak pada akar-akarnya, kemudian tiba-tiba semuanya rubuh."

Biji beras ketan bersifat panas dan basah. Biji beras ketan mempunyai sifat melembutkan, mematangkan, dan agak lengket yang dapat dicegah bila direndam dalam air. Biji beras ketan juga sulit dicerna, tetapi mengandung banyak gizi, membantu menyembuhkan batuk, dan menghilangkan uap yang terakumulasi dalam paru-paru. Biji beras ketan menambah produksi sperma, tetapi menimbulkan sembelit, kecuali kalau dimakan bersama biji buah delima pahit.

5. *ITHKHIR* (MINYAK WANGI ARAB)

Dalam *Shahih* diriwayatkan bahwa ketika berada di Mekkah Rasulullah s.a.w berkata tentang tanamannya, "Jangan menebang tanamannya." Abbas ra berkata, "Kecuali minyak wangi Arab wahai Rasulullah, karena para pelayan penduduk Mekkah menggunakan tanaman itu untuk rumah mereka." Rasulullah s.a.w berkata, "Ya, kecuali minyak wangi Arab."

Minyak wangi Arab mempunyai sifat panas pada tingkatan kedua dan kering pada tingkatan pertama. Tumbuhan ini bertekstur lembut, dapat membuka penyumbatan dan lubang-lubang pembuluh darah, melancarkan buang air kecil dan memperlancar menstruasi, menghancurkan batu ginjal dan mengempeskan peradangan dalam perut, lever dan ginjal, jika diminum dan dijadikan pembalut. Tangkai minyak wangi Arab dapat memperkuat gusi dan perut, meredakan rasa mual dan menguatkan otot perut.

HURUF BA

6. *BITTIKH* (SEMANGKA)

Abu Dawud dan at-Tirmidzi meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w biasa memakan semangka dengan kurma matang. Nabi s.a.w bersabda, "Panas kurma menetralkan dinginnya semangka." Banyak hadits yang menyinggung semangka, tapi tak satu pun yang *Shahih*, kecuali hadits di atas.

Semangka hijau bersifat dingin, basah dan manis. Semangka berkhasiat sebagai pembersih perut dan usus. Semangka lebih cepat dicerna daripada mentimun dan cepat bercampur dengan makanan lain yang ada dalam perut. Semangka baik dimakan ketika udara panas, namun ketika udara dingin lebih baik memakannya dengan jahe untuk mengimbangi efek sampingnya.

Semangka sebaiknya dikonsumsi sebelum makan. Jika tidak, dapat menyebabkan rasa mual. Sebagian dokter mengatakan bahwa jika semangka dikonsumsi sebelum makan dapat membersihkan perut dan menghilangkan penyakit.

7. *BALAH* (KURMA MUDA)

An-Nasa'i dan Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan* mereka dari hadits Hisyam bin Urwah, dari ayahnya bahwa Aisyah ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Makanlah kurma muda dengan kurma masak. Karena jika setan melihat keturunan Adam sedang makan kurma muda dan kurma masak, ia berkata, 'Keturunan Adam ini akan bertahan dalam kebaikan sehingga dapat memakan barang yang baru dengan yang lama secara bersama-sama.'"

Dalam riwayat lain, Rasulullah s.a.w bersabda, "Makanlah kurma muda dengan kurma masak, karena sesungguhnya jika setan melihat keturunan Adam memakannya, ia akan sedih dan berkata, 'Keturunan Adam ini tetap hidup sampai saat ini sehingga mereka memakan yang baru dengan yang lama secara bersama-sama.'"

Sebagian ahli kesehatan Muslim berkata, "Rasululah s.a.w memerintahkan kaum Muslim untuk makan kurma muda dan kering bersama-sama daripada kurma hijau dengan kurma masak. Kurma muda dingin dan kering, sedangkan kurma masak panas dan lembab, dengan demikian saling menetralkan efek satu sama lain. Kurma hijau dan kurma masak kedua-duanya panas, meskipun kurma masak lebih panas." Secara medis, lebih baik tidak memakan dua jenis makanan yang sama-sama berunsur panas atau sama-sama berunsur dingin.

Hadits tersebut menunjukkan bahwa secara medis umumnya dapat dibenarkan untuk menetralisasi efek obat-obatan dan makanan dengan obat atau makanan lainnya.

Kurma muda dingin dan kering serta sangat baik bagi mulut, gusi dan perut. Namun, kurma kurang baik untuk dada dan paru-paru karena teksturnya yang kasar. Kurma sulit dicerna dan tidak terlalu bergizi. Contoh lainnya adalah buah anggur muda. Keduanya, kurma dan anggur muda, menyebabkan masuk angin dan perut kembung, terutama jika minum air setelah memakan kurma muda. Untuk menetralkan efek samping ini, orang harus memakannya dengan kurma masak atau madu dan keju.

8. *BUSR* (ANAK KURMA)

Dalam *Shahih* diriwayatkan bahwa ketika Rasulullah s.a.w, Abu Bakar dan Umar ra menjadi tamu Abu al-Haitam bin at-Taihan ra, dihidangkan setandan kurma muda yang sama dengan setandan anggur. Rasulullah s.a.w bertanya, "Mengapa tidak engkau pilih buah kurma yang sudah matang?" Abu Al-Haitam ra menjawab, "Saya

menginginkan engkau memilih sendiri mana yang kalian sukai, kurma pentil dan kurma matang."

Kurma pentil panas dan kering; kadar keringnya melebihi kadar panasnya. Kurma muda mengeringkan kelembaban, melapisi perut, merelaksasi usus besar, serta membantu gusi dan mulut. Yang paling berkhasiat adalah kurma muda yang lembut dan manis. Namun, memakan kurma muda berlebihan dapat menyebabkan penyumbatan di dalam usus.

9. *BAIDH* (TELUR)

Diriwayatkan oleh Al-Baihaqi dalam *Syu'abul Iman* sebuah atsar marfu', "Bahwasanya salah seorang Nabi pernah mengadu kepada Allah karena tubuhnya terasa lemah. Maka Allah memerintahkannya memakan telur." Namun keshahihan hadits ini masih dipertanyakan.

Telur yang baru lebih baik daripada telur yang lama. Telur ayam adalah telur terbaik. Telur bersifat sedang (tidak panas tidak dingin), tapi cenderung dingin.

Pengarang *al-Qanun* berkata, "Kuning telur bersifat panas dan basah, menambah darah bersih, tapi kurang bergizi. Kuning telur mudah dicerna ketika masih lembut." Ahli kesehatan lain berkata, "Kuning telur meredakan sakit, melegakan tenggorokan dan batang tenggorokan serta meredakan batuk dan luka di paru-paru, lever dan kandung kencing. Kuning telur mengurangi ganjalan pada pencernaan, terutama ketika dicampur dengan lemak dari pohon badam. Kuning telur membantu proses pembakaran di dalam dada serta melembutkan kekasaran di tenggorokan."

Jika putih telur digunakan sebagai tetes mata, maka dapat mendinginkan bengkak panas di mata dan meredakan sakitnya. Jika dioleskan di wajah, dapat mencegah kulit wajah terbakar sinar matahari. Jika putih telur dicampur serbuk kayu cendana lalu dioleskan di dahi, maka dapat mencegah pengeriputan.

Pengarang *al-Qanun* menyebutkan khasiat telur dalam pengobatan penyakit jantung. Ia berkata, "Kuning telur berkhasiat memperkuat jantung. Kuning telur memiliki tiga keistimewaan: mudah larut dalam darah, tidak memproduksi banyak ampas dan darah yang diproduksi sama ringannya dengan darah yang mengaliri jantung. Kuning telur merupakan bahan yang sangat mudah dicerna dan diserap tubuh."

10. *BASHAL* (BAWANG MERAH)

Abu Dawud meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa ketika Aisyah ra ditanya tentang bawang merah, ia menjawab, "Makanan terakhir yang Rasulullah s.a.w makan mengandung bawang merah." Dalam *Shahihain* juga diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w melarang orang-orang yang memakan bawang merah memasuki masjid.

Bawang merah bersifat panas pada tingkatan ketiga dan memiliki kelembaban berlebihan, mencegah bahaya air yang terpolusi dan mengusir bau beracun. Bawang juga membangkitkan gairah seksual, memperkuat perut, menambah produksi sperma, membuat kulit lebih bercahaya, menghilangkan lendir dan membersihkan perut.

Butir bawang mengobati panu dan sangat bermanfaat jika digunakan sebagai salep di sekitar daerah yang terserang botak. Kutil dapat dihancurkan secara efektif jika bawang dicampur dengan garam dan dioleskan di kulit yang berkutil. Jika orang merasa mual setelah mengonsumsi obat pencahar, mencium bawang dapat mengobati muntah. Bawang dapat menghilangkan bau obat pencahar. Air bawang dapat membersihkan kepala bila dimasukkan melalui hidung (sebagai gurah). Sebagai tetes telinga, air bawang membantu mengobati pendengaran yang lemah, *innitus*, nanah dan air yang masuk ke telinga. Butiran-butiran bawang yang digunakan sebagai pensil penggaris mata dapat mengeringkan air yang menyerang mata, yaitu katarak, dan jika butiran-butiran itu dicampur dengan madu dan digunakan pada bagian

putih mata dapat memperindah bagian itu.

Bawang yang dimasak mengandung banyak gizi dan mengobati penyakit kuning, batuk dan sesak napas, melancarkan buang air kecil dan melunakkan usus besar. Air bawang dicampur garam dan daun *rue* dapat menyembuhkan gigitan anjing jika dibalurkan pada wilayah yang terserang. Bawang merah yang dimasak dapat membuka lubang bawasir ketika dibalurkan pada dubur.

Efek samping bawang menyebabkan migren, sakit kepala, masuk angin dan menggelapkan penglihatan. Memakan bawang dalam jumlah berlebihan atau terus-menerus menimbulkan sifat pelupa, mempengaruhi pikiran, serta mengubah bau mulut dan rasa makanan. Aroma bawang juga mengganggu orang lain di sekitar Anda dan para malaikat. Memasak bawang dapat menghilangkan efek samping bawang. *Sunan* meriwayatkan, "Sesungguhnya Rasulullah s.a.w memerintahkan orang-orang yang memakan bawang merah dan memakan bawang putih untuk menetralkan efek sampingnya dengan cara memasak buah itu."

Mengunyah daun *rue* dapat menghilangkan bau bawang.

11. *BADZINJAN* (TERUNG)

Ada hadits palsu yang menyatakan bahwa memakan terung dapat mewujudkan suatu tujuan tergantung pada niatnya. Pernyataan ini tidak pantas diriwayatkan dari seorang yang bijak, apalagi Rasulullah s.a.w.

Ada dua jenis terung: agak putih dan agak hitam. Meskipun kita menganggap terung itu panas, ada perbedaan pendapat mengenai sifatnya: panas atau dingin. Terung menyebabkan campak, ambeien, penyumbatan pembuluh darah, kanker, lepra, merusak pigmen tubuh, membuat wajah menjadi hitam dan menyebabkan bau busuk. Terung putih tidak mengandung efek samping ini.

12. *TAMR* (KURMA)

Dalam *Shahih* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Siapa saja yang pada pagi hari memakan tujuh buah kurma Aliyah, tidak akan terkena racun atau sihir pada hari itu."

Beliau s.a.w bersabda, "Sebuah rumah yang tidak ada kurma di dalamnya, maka penghuninya akan kelaparan."

Rasulullah s.a.w biasa memakan kurma masak, kadang-kadang dicampur dengan keju atau roti. *Tamr* mempunyai sifat panas pada tingkatan kedua, dan terdapat dua pendapat mengenai sifat basah atau kering pada kurma.

Kurma masak memperkuat lever, merelaksasi usus, menambah produksi sperma jika dikonsumsi dengan cemara dan menyembuhkan radang tenggorokan. Bagi orang-orang yang tidak biasa memakan buah ini, misalnya penduduk di wilayah dingin, kurma masak menyebabkan penyumbatan, menyebabkan sakit gigi dan sakit kepala, kecuali jika kurma masak dimakan dengan almond (buah badam) dan opium.

Kurma masak sangat bergizi bagi tubuh karena esensinya panas dan basah. Jika dimakan pada saat perut kosong, kurma membantu mematikan cacing. Meskipun panas, kurma masak memiliki kekuatan penangkal melawan cacing dengan membunuh atau mengurangi jumlahnya jika sering dimakan pada saat perut kosong. Kurma masak adalah buah-buahan, makanan, obat, minuman dan manisan.

HURUF TA

13. *TIN* (BUAH ARA)

Hadits tidak menyebutkan buah ara karena tidak tumbuh di daerah Hijaz atau Madinah. Buah ara membutuhkan lahan yang berbeda dengan lahan untuk tumbuhnya kurma. Allah telah bersumpah dengan buah ara dalam kitab-Nya karena keutamaan-keutamaannya.

Tin bersifat panas. Jenis yang terbaik adalah buah ara putih jika matang. Sebab, buah ara membersihkan pasir dan kandung kencing di ginjal dan berkhasiat melawan racun. Buah ara lebih bergizi daripada semua buah lainnya, membantu mengurangi sesak napas, sakit tenggorokan dan batang tenggorokan. Buah ara membersihkan lever dan limpa, membersihkan lendir dalam perut dan memberikan gizi bagi tubuh. Namun, buah ara menimbulkan caplak jika dimakan berlebihan.

Buah tin yang kering berguna bagi syaraf. Bila dimakan dengan buah badam dan buah pala, akan baik sekali. Galineus menandaskan, "Bila dimakan bersama dengan buah badam dan buah rue, selama tidak mengonsumsi racun mematikan, akan berkhasiat menjaga tubuh dari berbagai unsur berbahaya.

Diriwayatkan dari Abu Darda bahwa ia pernah menghadiahkan sepiring buah tin kepada Nabi s.a.w. Beliau berkata, "Makanlah." Maka Abu Darda ikut memakannya bersama beliau. Beliau s.a.w bersabda, "Kalau kau katakan bahwa ada buah yang turun dari Surga, pasti kupastikan: inilah buahnya. Karena buah surga itu tidak berbiji. Makanlah, karena buah ini bisa mengatasi penyakit ambeien dan berguna mengatasi penyakit encok." Namun keabsahan riwayat ini masih dipertanyakan.

Daging buah ini adalah yang terbaik karena dapat memancing haus tetapi juga mampu meredam rasa haus akibat dahak asin. Juga berkhasiat mengobati sakit batuk kronis, memperlancar buang air kecil, membongkar sumbatan pada lever dan limpa serta berguna untuk ginjal dan kandung kencing. Bila dikonsumsi dengan cara dikunyah akan bermanfaat secara ajaib untuk membuka saluran makanan terutama sekali bila dicampur buah badam dan pala. Namun amat tidak baik sekali bila dicampur dengan makanan-makanan berat.

Stroberi putih mirip dengan buah ini, hanya kandungan gizinya lebih sedikit dan agak berbahaya bagi lambung.

14. *TALBINAH* (TAJIN GANDUM)

Telah dijelaskan sebelumnya, arti *talbinah* adalah sejenis tajin dari gandum yang sudah ditumbuk (sehingga membentuk seperti gulai atau bubur). Kami juga telah menjelaskan bahwa bagi kalangan penduduk Hijaz, makanan ini lebih baik daripada air tepung yang belum ditumbuk.

HURUF TSA

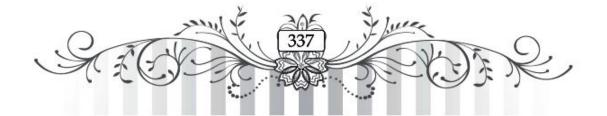
15. *TSALJ* (ES)

Diriwayatkan dengan *shahih* dari Nabi s.a.w bahwa Rasulullah s.a.w bersabda: "Ya Allah, bersihkanlah diriku dengan air, es dan embun."

Masalah fiqih yang terkandung dalam hadits ini adalah bahwa penyakit itu dapat diobati dengan antinya. Kotoran atau daki memiliki sifat panas membakar sehingga harus diantisipasi dengan es, embun atau air dingin.

Tak bisa dikatakan bahwa air panas itu bisa membersihkan kotoran lebih baik. Karena air dingin mengandung unsur membekukan dan menguatkan tubuh dan itu tidak terdapat pada air panas. Kotoran itu sendiri menimbulkan dua pengaruh: daki dan kesat. Seharusnya dua pengaruh itu diantisipasi dengan zat yang dapat membersihkan dan memperkuat jantung. Disebutkannya air dingin, es dan embun merupakan isyarat terhadap dua hal tersebut.

Es tentu saja berunsur dingin, itu menurut pendapat yang benar. Salah jika ada orang yang mengatakan bahwa es berunsur panas. Kerancuan itu muncul karena ditemukannya makhluk hidup dalam es. Itu bukan indikator bahwa es itu panas. Karena makhluk hidup juga bisa muncul dalam buah-buah berunsur dingin, bahkan juga dalam cuka (bakteri fermentase). Adapun kenapa bisa mengandung haus, karena es mengundang panas, bukan karena unsur panas yang ada dalam es itu sendiri.

Es membahayakan lambung dan syaraf. Bila seorang sakit gigi karena panas tubuh berlebihan, bisa diredakan dengan es.

16. *TSAUM* (BAWANG PUTIH)

Wujudnya seperti bawang merah. Dalam hadits disebutkan, "Barangsiapa hendak memakan kedua benda ini, hendaknya dimasak dengan sempurna." Rasulullah s.a.w pernah diberi hidangan makanan yang mengandung bawang putih, namun beliau mengirimkan kembali makanan itu kepada Abu Ayub Al-Anshari. Abu Ayub bertanya, "Wahai Rasulullah, apakah engkau tidak menyukainya sehingga memberikannya kepadaku?" Beliau menjawab, "Sesungguhnya aku senang bermunajat kepada yang tidak mungkin aku bermunajat kepada-Nya bila aku memakan makanan itu."

Bawang putih bersifat panas dan kering hingga tingkatan keempat, bisa memberi halangan tingkat tinggi dan bisa juga mengeringkan secara optimal serta berkhasiat untuk orang-orang kedinginan dan untuk orang yang memiliki masalah dengan pencernaannya karena unsur dahak, demikian juga untuk orang yang nyaris terkena sembelit. Bawang putih juga bisa mengeringkan sisa sperma, membuka sumbatan serta mengurai angin duduk, membantu metabolisme makanan, menghentikan dahaga, melapangkan perut, memperlancar air seni, membantu mengatasi sengatan binatang berbisa serta berbagai jenis inflamasi dingin, bisa digunakan sebagai pengganti koyo. Bila ditumbuk dan dijadikan pembalut untuk mengobati luka akibat gigitan ular berbisa atau kalajengking, akan berkhasiat sekali, bahkan untuk mencabut racunnya, menghangatkan tubuh dan menambahkan panas badan, menghilangkan dahak, menghilangkan gas atau angin dan membersihkan tenggorokan. Bisa juga menjaga kesehatan badan secara umum, berguna untuk menjaga dari bahaya air yang sudah berubah bentuknya dan menyembuhkan batuk kronis. Bila dimakan dalam keadaan mentah, dimasak atau setidaknya dibakar, dapat mengobati penyakit dada karena hawa dingin, menghilangkan sumbatan pada tenggorokan. Bila ditumbuk, dicampur dengan cuka, garam dan madu, kemudian dibalurkan pada bagian gigi geraham yang

sudah keropos, bisa langsung melapukkan dan menggugurkannya. Bila dibalurkan pada gigi yang sakit, dapat meredakan sakitnya. Bila siung bawah putih ditumbuk dicampur air dan madu, bisa menghilangkan dahak dan cacing. Bahkan bila dibalurkan pada panu juga berkhasiat menghilangkannya.

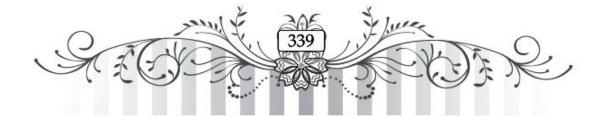
Efek sampingnya antara lain dapat menyebabkan pusing, berbahaya bagi otak dan mata, melemahkan pandangan mata dan stamina, menyebabkan rasa haus dan membangkitkan penyakit kuning serta menimbulkan bau mulut. Untuk mengantisipasinya, kunyah saja daun *rue*.

17. *TSARID* (DAGING KUAH DAN ROTI)

Dalam *Shahihain* dinyatakan bahwa Rasulullah bersabda, "Keutamaan Aisyah atas para wanita lain adalah seperti keutamaan *tsarid* atas makanan lain." *Tsarid* terdiri dari roti (makanan terbaik) dan daging (bumbu terbaik). Jika kedua bahan ini dicampur, maka tak ada makanan lain yang dapat mengungguli kualitasnya.

Ada perbedaan pendapat mengenai mana yang lebih baik di antara keduanya. Pendapat yang benar adalah roti lebih banyak digunakan, sedangkan daging lebih baik dibandingkan roti, karena menyerupai esensi tubuh manusia. Daging juga merupakan makanan penghuni surga. Allah berfirman kepada orang yang minta herbal, mentimun, *fum* (gandum atau bawang putih), adas dan bawang merah, *"Apakah kalian ingin menukar yang lebih baik dengan yang lebih rendah?"* (QS. al-Baqarah: 61)

Sebagian kelompok salaf berkata bahwa *fum* adalah gandum. Karena itu, ayat ini menyatakan daging (burung puyuh) lebih baik daripada gandum. *Wallahu a'lam!*

HURUF JIM

18. *JUMMAR* (JANTUNG POHON KURMA)

Jummar adalah zat lunak yang mengisi batang kurma. Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Abdullah bin Umar ra mengatakan, "Ketika kami sedang duduk bersama Rasulullah s.a.w, beliau dibawakan *jummar* dari pohon kurma, Rasulullah s.a.w bersabda, "Pohon ini menyerupai orang Muslim, karena daunnya tak pernah gugur."

Jummar bersifat dingin dan kering pada tingkatan pertama. *Jummar* menutup koreng dan menyembuhkan perdarahan, diare, penyakit kuning dan gangguan darah. Meskipun tidak berbahaya, *jummar* kurang bergizi dan sulit dicerna. Pohon kurma seluruhnya berkhasiat dan inilah sebabnya Rasulullah mengatakan mirip seorang Muslim, karena keutamaannya yang luar biasa.

19. *JUBN* (KEJU).

Dalam *Sunan* Abu Dawud diriwayatkan bahwa Abdullah bin Umar mengatakan bahwa sewaktu di Tabuk, Rasulullah s.a.w dibawakan keju. Lalu beliau meminta sebilah pisau, menyebut nama Allah dan memotongnya. Juga, para sahabat biasa memakan keju di wilayah-wilayah Irak dan Syam (Suriah Raya).

Keju lembab tanpa garam baik bagi perut, mudah diserap organ tubuh, mendorong pertumbuhan dan merelaksasi perut. Keju bergaram kurang bergizi serta buruk bagi perut dan usus. Keju lama dan keju panggang dapat memanaskan perut dan koreng serta mencegah diare. Sifat keju dingin dan basah. Keju akan lebih baik kalau dipanggang karena api menjadikan keju lebih ringan, lebih lembut serta lebih baik

rasa dan baunya. Keju yang bergaram bersifat panas dan kering. Memanggang membuatnya lebih lembut dan sedikit asam karena api mengambil sisa panas dari keju. Keju bergaram membuat tubuh lemah dan menyebabkan munculnya batu dalam lever dan kandung kencing. Keju bergaram tidak baik untuk perut. Efek ini makin buruk jika keju dicampur dengan garam karena zat-zat ini membuat keju lebih mudah masuk ke dalam perut.

HURUF HA

20. *HENNA*

Manfaat *henna* telah banyak disebutkan sebelumnya.

21. *HABBAH SAUDA* (BIJI ADAS)

Dinyatakan dalam *Shahihain* dari hadits yang diriwayatkan oleh Abu Salamah bahwa Abu Hurairah ra meriwayatkan dari Rasulullah s.a.w yang bersabda, "Hendaklah kalian menggunakan *habbah sauda* karena ia mengandung obat untuk setiap penyakit, kecuali kematian."

Biji adas (atau *habbat al-barokah*) dinamakan *shuneiz* di Iran, *black cumin* atau *Indian cumin.* Al Harbi meriwayatkan dari al-Hasan yang berkata, "*Habbah sauda* adalah biji hijau dari pohon terpentin" Dua pendapat ini hanyalah ilusi karena Rasulullah s.a.w menyatakan bahwa *habbah sauda* adalah biji adas.

Biji adas mengandung beberapa khasiat, sebagaimana dinyatakan Rasulullah, "Obat bagi setiap jenis penyakit." Pernyataan ini sesuai dengan firman Allah, "*Menghancurkan segala sesuatu melalui perintah Tuhannya.*" (QS. Al-Ahqaf: 25) artinya, segala sesuatu rentan untuk hancur.

Biji adas mengobati segala jenis penyakit pilek. Biji adas membantu memasukkan bahan-bahan efektif dari obat pilek hingga daerah yang terserang penyakit panas dan kering karena biji adas membantu tubuh menyerap obat secara cepat jika dikonsumsi dalam jumlah kecil.

Pengarang *al-Qanun* dan lainnya menyarankan agar *za'faron* dicampur dengan kamper, karena *za'faron* membantu kamper mencapai daerah yang terserang secara cepat. Ada beberapa tanaman

yang serupa dengan *za'faron* yang dikenal oleh para ahli industri farmasi. Zat panas tidak hilang dalam kasus-kasus penyakit panas. Karena sifat panas ini terdapat dalam banyak obat seperti *kohl* dan obat-obat lain yang menyembuhkan radang mata seperti gula dan unsur-unsur sederhana serta panas. Radang mata, sebagaimana disepakati para dokter, merupakan tumor panas. Sulfur sangat panas juga obat untuk *mange* panas.

Shuneiz bersifat panas dan kering pada tingkatan ketiga, menghilangkan masuk angin, menghilangkan cacing parasit, menyembuhkan lepra dan demam berlendir, membuka penyumbatan-penyumbatan, mendekomposisi akumulasi gas dan kelembaban berlebihan dalam perut. Jika ditumbuk, dicampur dengan madu dan diminum dengan air hangat, *shuneiz* dapat melarutkan batu-batu yang muncul dalam ginjal dan kandung kencing serta melancarkan buang air kecil. *Shuneiz* melancarkan menstruasi dan produksi susu jika diminum selama beberapa hari. Jika dipanaskan dengan cuka dan ditempatkan di perut, dapat membunuh cacing parasit. Jika dicampur dengan cairan atau air *colorynth* yang dimasak, maka lebih efektif dalam menghilangkan cacing parasit. *Shuneiz* juga menghilangkan, mendekomposisi dan mengurangi gejala-gejala pilek jika ditumbuk dalam tisu dan dihirup terus menerus.

Minyak biji adas menyembuhkan gigitan ular, bawasir dan bintik-bintik. Jika satu takaran diminum dengan air, minyak biji adas dapat mengobati sesak napas.

Jika digunakan sebagai pembalut, biji adas meredakan sakit migrain. Jika tujuh butir biji adas direndam dalam air susu ibu dan dihirup oleh orang yang menderita *icterus*, biji adas akan menenangkan dia.

Biji adas yang dimasak dalam cuka dan digunakan untuk berkumur berkhasiat menghilangkan sakit gigi yang sensitif terhadap hawa dingin. Jika dihirup bubuk biji adas dapat membantu mencegah katarak. Jika digunakan sebagai pembalut dan dicampur dengan cuka, dapat menyembuhkan bintik-bintik dan membuka koreng-koreng kulit

serta mendekomposisi tumor lendir akut dan juga tumor keras.

Minyak biji adas dapat melawan *facial paralysis* jika diteteskan melalui hidung. Jika seseorang meminum sekitar setengah atau satu takaran minyak biji adas, dapat meredakan sakit empedu. Jika ditumbuk halus dan dicampur dengan minyak biji hijau dan digunakan sebagai minyak tetes telinga, tiga hingga empat tetesan, biji adas dapat mengobati gejala-gejala pilek, masuk angin dan berbagai penyumbatan.

Jika biji adas digoreng dan ditumbuk halus, direndam dalam minyak lalu digunakan sebagai obat tetes hidung, maka dapat mengobati pilek yang disertai bersin-bersin.

Biji adas yang dibakar dan dicampur dengan lilin yang dilelehkan bersama *henna* atau minyak bunga iris dapat membantu menghilangkan koreng-koreng pada kaki, setelah kaki dicuci dengan cuka.

Jika biji adas dihancurkan dalam cuka dan dibubuhkan di atas kulit penderita lepra, pada kulit yang terserang oleh pigmentasi (*vitiligo*) hitam dan dibubuhkan di kepala yang terserang ketombe, maka dapat membantu menghilangkan penyakit-penyakit itu.

Biji adas yang ditumbuk halus lalu ditelan kira-kira dua takaran setiap hari dengan air dingin dapat mengobati gigitan anjing gila dengan segera dan mencegah kematian akibat penyakit anjing gila. Jika diteteskan dalam hidung, maka minyak biji adas dapat mengobati *facial paralysis* dan tetanus dengan mengeliminasi esensinya. Jika biji adas dibakar, dapat mengusir binatang-binatang berbisa.

Jika celak Persia dilarutkan dalam air kemudian diletakkan pada bagian dalam tenggorokan, lalu biji adas dipercikkan di atasnya dapat berfungsi sebagai penghilang bawasir yang efektif. Banyak manfaat lain *shuneiz*. Dosis yang seharusnya adalah dua takaran. Sebagian orang menyatakan bahwa penggunaan biji adas dengan dosis berlebihan dapat menyebabkan kematian

22. *HARIR* (SUTRA)

Telah dinyatakan bahwa Rasulullah s.a.w membolehkan az-Zubair dan Abdurrahman bin Auf memakai sutra karena kulit mereka menderita bintik-bintik merah (*purigo*). Kami telah menyebutkan berbagai khasiat sutra sebelumnya.

23. *HURF* (SEJENIS SELEDRI)

Abu Hanifah ad-Dainuri berkata, "Biji seledri digunakan dalam obat-obatan dan juga dinamakan *ath-thuffa*, yang disebutkan Rasulullah s.a.w." Abu Ubaidah dan ulama lainnya mengacu pada hadits yang merujuk Abu Hurairah yang diriwayatkan Ibnu Abbas yang menyatakan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Obat apakah yang terkandung dalam dua obat-obatan pahit? *Thuffa* dan *jadam*." Hadits ini diriwayatkan oleh Abu Dawud dalam kitabnya *Al-Marassil*.

Kekuatan *hurf* terletak pada sifatnya yang panas dan kering pada tingkatan ketiga. *Hurf* memanaskan dan merelaksasi perut, menghilangkan berbagai jenis cacing, mendekomposisi tumor limpa, membangkitkan gairah seksual serta menyembuhkan kudis dan herpes.

Bersama madu, tumbuhan ini dapat digunakan sebagai pembalut untuk mendekomposisi tumor limpa. Jika dimasak dengan *henna* dapat mengeluarkan akumulasi-akumulasi berbahaya dalam dada. Jika diminum, dapat mengobati gigitan dan sengatan hewan berbisa.

Asap tumbuhan ini berkhasiat mengusir binatang berbisa dan mencegah rambut rontok. Jika dicampur dengan tepung barli dan cuka lalu digunakan sebagai pembalut maka dapat mengobati *sciatic nerve* dan mendekomposisi tumor ganas.

Jika digunakan sebagai pembalut dengan air, *hurf* dapat mematangkan bisul dan melenyapkan kekenduran pada berbagai organ, menambah sperma dan memicu selera makan. *Hurf* berguna melawan asma, sesak napas, menghilangkan tumor dalam limpa,

membersihkan dada dan memperlancar menstruasi. *Hurf* mengobati *sciatic nerve* dan rongga pangkal paha, disebabkan kekuatan ekstraksi *hurf* jika diminum atau diinjeksikan. *Hurf* membersihkan dada dan paru-paru dari lendir.

Jika dihancurkan dan diminum lima takaran dengan air hangat, *hurf* akan berfungsi sebagai obat pencahar, mendekomposisi gas perut dan mengobati rasa sakit karena sembelit. *Hurf* mengobati lepra jika dihancurkan dan digunakan dalam minuman.

Hurf yang dicampur dengan cuka dapat digunakan sebagai salep kulit untuk mengobati lepra dan penyakit pigmentasi putih. Tumbuhan ini menyembuhkan sakit kepala akibat pilek dan akumulasi lendir. Jika digoreng dan diminum dengan air, *hurf* dapat menimbulkan sembelit, terutama jika tidak dihancurkan, karena kekentalannya dapat dilembutkan dengan digoreng. Jika dipakai untuk membasuh kepala, *hurf* dapat membasuh kotoran dan kelembaban yang melekat.

Galenius berkata, "Keutamaan *hurf* sama efektifnya dengan butiran lada. Karena itu, dapat digunakan untuk menghangatkan rasa sakit pada pangkal paha, yang disebut *nasa*, sakit kepala dan setiap gejala yang membutuhkan panas. *Hurf* dapat dicampur dengan obat-obatan lain dan digunakan untuk mengobati asma. Sebagaimana biji lada, *hurf* dapat melarutkan senyawa-senyawa padat."

24. *HULBAH*

Rasulullah s.a.w diberitakan pernah mengunjungi Sa'ad bin Abi Waqqas ra di Mekah yang sedang sakit. Kemudian, beliau memerintahkan untuk memanggil tabib (dokter). Harits bin Kaladah, sang tabib, memeriksa lelaki itu dan berkata, "Tak berbahaya. Masaklah *hulbah* dengan kurma masak dan berikan kepadanya." Setelah Sa'ad memakan racikan itu, ia pun sembuh

Hulbah bersifat panas pada tingkatan kedua dan kering pada tingkatan pertama. Inilah sumber kekuatannya. *Hulbah* yang dimasak

dengan air dapat melembutkan tenggorokan, dada dan perut. *Hulbah* juga menyembuhkan batuk, kekeringan, asma, sesak napas dan meningkatkan produksi sperma. *Hulbah* menghilangkan masuk angin, lendir, bawasir, berbagai akumulasi dalam usus, lendir dari dada serta mengobati bisul perut dan penyakit paru-paru. *Hulbah* yang dicampur dengan mentega bening dan *fanith* dapat menyembuhkan sakit usus.

Lima takar *hulbah* yang dikonsumsi dalam minuman dapat memperlancar aliran menstruasi. *Hulbah* yang dimasak dan digunakan sebagai sampo dapat mengeritingkan rambut dan menghilangkan ketombe.

Tepung *hulbah* yang dicampur dengan cuka dan *natron* (minyak sodium karbonat murni) lalu digunakan sebagai pembalut dapat menyembuhkan tumor limpa. Wanita yang vaginanya terasa pedih akibat tumor dapat sembuh jika ia duduk dalam masakan air *hulbah*. Sebagai pembalut, *hulbah* menghilangkan tumor ganas dan dingin. Airnya dapat menghilangkan rasa sakit dalam perut akibat akumulasi gas dan dapat membersihkan usus.

Hulbah yang dimasak dengan madu, kurma atau buah ara lalu dimakan sewaktu perut kosong dapat menghilangkan akumulasi lendir di dalam dada dan perut, serta dapat menyembuhkan batuk yang menyertai penyakit-penyakit itu.

Hulbah juga dapat menyembuhkan penyumbatan urine dan berfungsi sebagai obat pencahar. Jika diletakkan pada kuku yang tidak teratur, maka dapat menyembuhkannya. Minyak *hulbah* yang dicampur dengan lilin dapat mengobati kulit yang retak-retak akibat hawa dingin. Masih banyak khasiat lain *hulbah*. Al-Qasim bin Abdurrahman berkata: Nabi s.a.w bersabda, "Gunakan *hulbah* untuk obat."

Sebagian dokter berkata, "Jika manusia mengetahui manfaat-manfaatnya, mereka akan menukarnya dengan emas."

HURUF KHA

25. *KHUBZ* (ROTI)

Dalam *Shahih* diriwayatkan Rasulullah s.a.w bersabda, "Pada hari kiamat, bumi akan tampak seperti sepotong roti besar yang akan diberikan bagi penghuni surga."

Abu Dawud dalam *Sunan*-nya meriwayatkan hadits Ibnu Abbas bahwa makanan yang paling disukai oleh Nabi s.a.w adalah bubur dari roti dan juga bubur dari campuran kurma dan roti.

Abu Dawud meriwayatkan dalam *Sunan*-nya dari hadits Ibnu Umar bahwa ia menceritakan: Rasulullah s.a.w bersabda, "Sungguh aku suka seandainya aku memiliki sebongkah roti putih, terbuat dari gandum coklat, diisi dengan samin dan susu." Bangkitlah salah seorang dalam majelis itu, lalu pergi dan membuat roti tersebut, kemudian memberikannya kepada beliau. Beliau bertanya, "Dari mana samin ini berasal?" Lelaki itu menjawab, "Dari seekor biawak." Beliau bersabda, "Buang saja saminnya."

Al-Baihaqi meriwayatkan dari hadits Aisyah secara marfu: "Hormatilah roti. Di antara kehormatan roti, bila sudah ada, jangan tunggu lauk pauknya lagi."

Ada sebuah hadits palsu yang melarang memotong roti dengan pisau. Juga ada sebuah hadits palsu lainnya yang melarang memotong daging dengan pisau. Muhanna berkata bahwa ia menanyakan kepada Imam Ahmad tentang hadits dari Aisyah ra yang meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w melarang menggunakan pisau untuk memotong daging, sebab hal itu merupakan perbuatan orang-orang non Arab. Imam Ahmad berkata bahwa hadits itu tidak benar karena bertentangan dengan hadits yang diriwayatkan oleh Amr bin Umayyah dan al-Mughirah. Hadits yang

ia rujuk adalah hadits yang diriwayatkan oleh Amr bin Umayyah yang mengisahkan bahwa Rasulullah s.a.w biasa memotong beberapa kerat daging domba dengan pisau. Al-Mughirah meriwayatkan bahwa ketika ia meminta Rasulullah s.a.w untuk menjadi tamunya, beliau memerintahkan agar sekerat daging dipanggang dan beliau kemudian memotong daging dengan pisau.

Roti terbaik adalah roti yang mengandung ragi dan roti adonan. Roti terbaik berikutnya adalah roti yang dibakar di tungku, di oven dan di bawah abu panas menggunakan tepung segar.

Roti yang paling bergizi adalah roti semolina yang dapat dicerna perlahan-lahan dan karena jumlah dedaknya sedikit. Roti bergizi lainnya adalah roti pucat dan roti hitam.

Waktu terbaik untuk memakan roti adalah pada akhir hari jika dibakar. Roti lembut lebih ringan, lebih bergizi, melembabkan dan lebih cepat dicerna. Roti kering memiliki sifat yang sebaliknya.

Sifat roti gandum panas pada tingkatan kedua dan berkondisi sedang berkenaan dengan basah dan kering, kecuali jika dikeringkan dengan api. Roti gandum menggemukkan tubuh dengan cepat. *Qatayif* (kue serabi) menyebabkan kondisi padat, sedangkan bubuk roti menimbulkan pembengkakan di perut dan sulit dicerna. Roti yang dibuat dari susu menyebabkan penyumbatan-penyumbatan dan sulit untuk dicerna, tapi sangat bergizi.

Roti barli bersifat dingin dan kering pada tingkatan pertama dan kurang bergizi dibanding roti gandum.

26. *KHALL* (CUKA)

Imam Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya dari Jabir bin Abdullah ra yang berkata bahwa Rasulullah s.a.w meminta makanan pada istrinya. Istrinya mengatakan hanya memiliki cuka. Rasulullah s.a.w meminta sebagian dan memakannya sambil berkata, "Sebaik-baik makanan adalah cuka." Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya dari Ummu

Said yang meriwayatkan dari Nabi s.a.w bersabda, "Sebaik-baik makanan adalah cuka. Ya Allah, berkahilah cuka. Rumah yang selalu menyediakan cuka tidak akan pernah kekurangan."

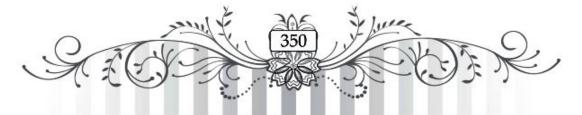
Khall merupakan bahan yang panas dan dingin, meskipun biasanya lebih dominan dinginnya. *Khall* juga kering pada tingkatan ketiga dan zat pengering yang kuat. Cuka juga melembutkan tinja.

Cuka anggur berkhasiat melawan radang lambung dan penyakit kuning serta mencegah bahaya obat-obatan yang mengandung racun. Cuka anggur mendekomposisi susu dan darah yang membeku serta membantu limpa, melapisi perut, mengalami konstipasi, menghilangkan dahaga dan mencegah terjadinya tumor. Cuka anggur membantu proses pencernaan, menghilangkan lendir, melembutkan makanan yang kasar dan membersihkan darah.

Jika diminum dengan garam, cuka dapat menghilangkan jamur beracun. Jika diteguk, cuka dapat menghilangkan penyumbatan darah di rahang bawah. Jika digunakan untuk mencuci mulut, cuka hangat dapat menyembuhkan sakit gigi dan memperkuat gusi.

Cuka juga menyembuhkan jari septis jika dituang di atas tempat yang terbakar. Cuka menghilangkan bisul, tumor ganas dan luka bakar. Cuka merangsang makan, melembutkan perut, baik bagi orang muda maupun orang yang tinggal di daerah panas di musim panas.

27. *KHILAL* (TUSUK GIGI)

Ada dua hadits tidak benar yang berkaitan dengan tusuk gigi. Pertama, diriwayatkan dari hadits Abu Ayyub Al-Anshari secara *marfu'*, "Alangkah celakanya orang-orang yang mencungkil makanan! Sesungguhnya tidak ada sesuatu yang paling disukai oleh Allah daripada makanan yang tersisa di mulut." Dalam sanad hadits ini terdapat Wasil bin Saib. Al-Bukhari dan Ar-Razy berkata, "Wasil adalah perawi yang tidak diterima haditsnya." An-Nasa'i dan Al-Azdy berkata, "Wasil haditsnya ditinggalkan."

Ibnu Abbas meriwayatkan, Abdullah bin Ahmad menceritakan: Aku pernah bertanya kepada ayahku (Ahmad bin Hambal) tentang orang tua yang menjadi nara sumber riwayat Shalih Al-Muhaazhi yang dikenal bernama Muhammad bin Abdul Malik Al-Anshari: Atha telah menceritakan sebuah riwayat kepada kami, dari Ibnu Abbas bahwa Rasulullah s.a.w melarang mencungkil sisa makanan di sela-sela gigi dengan menggunakan sembilu dan kayu ais. Beliau menyatakan, "Keduanya akan menularkan penyakit lepra." Abdullah melanjutkan: Aku pernah melihat sendiri Muhammad bin Abdul Malik adalah orang buta yang suka berdusta serta membuat hadits palsu."

Tusuk gigi berkhasiat untuk menjaga kesehatan gusi dan gigi sehingga membantu menyegarkan napas. Salah satu jenis tusuk gigi terbaik adalah tusuk gigi yang terbuat dari kayu pohon zaitun. Menusuk gigi menggunakan buluh, semak atau kemangi bisa berbahaya.

HURUF DAL

28. *DUHN* (MINYAK RAMBUT)

At-Tirmidzi mengutip dalam kitabnya *As-Syamail* sebuah hadits dari Anas bin Malik yang berkata bahwa Nabi s.a.w biasa meminyaki kepalanya, menyisir jenggotnya dan mencelup rambutnya seakan-akan beliau adalah pedagang minyak.

Minyak rambut berfungsi menutupi pori-pori tubuh dan mencegah zat lain memasuki tubuh. Jika digunakan dengan air panas setelah mandi, minyak rambut dapat melembabkan tubuh. Jika dioleskan pada rambut dapat mengobati penyakit campak dan banyak penyakit lainnya yang dapat mempengaruhi rambut.

At-Tirmidzi meriwayatkan hadits dari Abu Hurairah ra bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Pergunakanlah minyak zaitun dalam makananmu dan gunakan untuk meminyaki rambut."

Di daerah-daerah panas seperti Hijaz, minyak rambut berfungsi sebagai salah satu pemelihara kesehatan terbaik dan menyehatkan badan. Ini membuat minyak rambut penting bagi penduduk wilayah-wilayah itu. Orang yang tinggal di daerah dingin tidak membutuhkannya. Penggunaan minyak rambut secara berlebihan di atas kepala dapat membahayakan penglihatan.

Penggunaan minyak rambut yang paling baik adalah minyak zaitun dan minyak samin. Mengenai komposisi, minyak rambut bersifat basah dan dingin, seperti minyak bunga violet, yang dapat membantu mengatasi sakit kepala dan menidurkan mata, melembabkan otak, membantu mengatasi kulit pecah-pecah dan kulit yang terlalu kering. Juga berkhasiat mengatasi gatal-gatal dan eksim kering. Selain itu juga berguna untuk membantu melumasi, cocok bagi orang-orang

yang sistem metabolismenya panas pada musim kemarau.

Dua hadits palsu berkenaan dengan minyak zaitun: *Pertama*, "Keutamaan minyak bunga violet di atas semua minyak lain adalah seperti keutamaan Nabi di atas semua orang lain." *Kedua*, "Keutamaan minyak bunga violet atas semua minyak lain adalah seperti keutamaan Islam atas agama-agama lain."

Ada juga jenis minyak rambut yang panas dan basah, seperti minyak ben (*Ben-tree oil*), yang merupakan ekstrak biji-biji putih yang tampak seperti buah kenari hijau berdebu dan berlemak yang persentase lemaknya sangat tinggi. Jenis minyak ini merelaksasi syaraf-syaraf, melawan bintik-bintik dan kekurangan pigmen pada daerah-daerah tertentu di kulit. Minyak ini juga menyedot lendir tebal, melembutkan ikat-ikat sendi tulang yang kering dan menghangatkan syaraf. Sebuah hadits berkenaan dengan minyak panas menyatakan: Minyaki dirimu dengan minyak ben karena ia lebih disukai istrimu. Minyak ini membersihkan dan memutihkan gigi. Orang yang meminyaki kepala dan wajahnya dengan minyak ben tidak akan terserang campak atau retak. Meminyaki organ-organ seksual dan pangkal paha dengannya akan menjaga ginjal dari kedinginan dan menghentikan air seni yang menetes-netes di ujung kemaluan.

HURUF DZAL

29. *DZARIRAH* (MINYAK WANGI DZARIRAH)

Dalam *Shahihain* diriwayatkan, Aisyah ra berkata bahwa pada Haji Wada', ia menyemprotkan minyak wangi ke tubuh Rasulullah s.a.w dengan *dzarirah* untuk ibadah *ihram* dan sebagainya.

Kami telah mengemukakan *dzarirah* dan manfaat-manfaatnya sebelumnya.

30. *DZUBAAB* (LALAT)

Abu Hurairah membenarkan bahwa Rasulullah s.a.w memerintahkan untuk mencelupkan lalat yang jatuh ke dalam makanan atau minuman untuk memperoleh penangkal yang ada di sayapnya. Penangkal ini berfungsi sebagai penangkal racun yang ada di sayap lainnya.

31. *DZAHAB* (EMAS)

Abu Dawud dan At-Tirmidzi meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w membolehkan Arfajah bin As'ad, yang kehilangan hidungnya dalam Perang Kulab dan harus menggunakan hidung yang terbuah dari perak yang kemudian membusuk, untuk memakai hidung yang terbuat dari emas. Arfajah adalah satu-satunya yang disebutkan dalam hadits ahad ini.

Emas adalah hiasan kehidupan dan harta berharga di dunia ini yang memberikan kesenangan bagi hati dan hiasan bagi penampilan dan rahasia Allah di bumi-Nya. Emas cocok dalam semua jenis lingkungan, memiliki panas lembut yang digunakan dalam berbagai

cahaya dan obat-obatan yang meringankan. Emas merupakan logam yang paling mulia

Di antara sifat-sifatnya adalah: Jika emas ditanam dalam tanah, pasir tidak dapat mempengaruhinya. Jika digunakan dalam obat-obatan tertentu, emas dapat menyembuhkan jantung yang lemah dan ketidakteraturan gerak jantung yang menyertai penyakit kuning. Emas menyembuhkan halusinasi, kesedihan, depresi, ketakutan dan cinta. Emas menggemukkan dan menguatkan tubuh, menghilangkan kepucatan dan mencerahkan rona. Emas menyembuhkan lepra dan berbagai penyakit lain yang disebabkan oleh empedu hitam. Jika diminum atau digunakan sebagai pelumas, emas efektif untuk menyembuhkan *alopecia* (penyakit kulit yang ditandai dengan hilangnya rambut atau botak, parsial atau total), dan sengatan ular berbisa. Emas menjernihkan dan menguatkan mata, melawan beberapa penyakit dan menguatkan semua organ tubuh.

Napas yang berbau dapat hilang jika orang menaruh emas dalam mulutnya. Jika orang yang terserang penyakit yang membutuhkan *cauterization* menggunakan emas untuk tujuan ini, emas dapat cepat menyembuhkan dan luka tidak akan melepuh. Jika emas digunakan sebagai celak, maka dapat menguatkan dan menjernihkan mata. Jika cincin emas dipanaskan dan dipasang di sayap burung merpati, maka burung merpati akan betah tinggal di sarangnya dan tidak akan pergi.

Emas memiliki kekhususan untuk memperkuat jantung dan inilah sebabnya senjata emas dibolehkan pada masa perang. At-Tirmidzi meriwayatkan bahwa Buraydah al-Asri berkata, "Rasulullah s.a.w memasuki Mekah pada hari penaklukan Mekah dengan emas dan perak pada pedangnya."

Emas adalah benda yang paling dicintai oleh hati manusia sehingga jika mereka telah memperolehnya mereka akan melupakan benda lain yang dicintainya dari kehidupan dunia ini.

Allah berfirman:

Dijadikan indah pada (pandangan) manusia kecintaan kepada

apa-apa yang diingini, yaitu wanita, anak-anak, banyak perhiasan emas dan perak, kuda-kuda yang cantik, hewan ternak dan tanah garapan.(QS. Ali 'Imran: 14)

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Seandainya keturunan Adam memiliki satu lembah emas, ia pasti akan menginginkan yang kedua. Seandainya ia telah memiliki dua lembah emas, ia pasti akan menginginkan yang ketiga. Tak ada yang dapat memenuhi perut keturunan Adam selain tanah, namun Allah mengampuni orang-orang yang bertobat."

Emas menjadi penghalang terbesar bagi manusia untuk meraih kesuksesan di hari kiamat. Emas juga merupakan benda terbesar yang, karena itu, Allah tidak ditaati. Gara-gara emas, hubungan silaturahmi terputus, darah ditumpahkan, larangan dilanggar, hak-hak dirampas secara zalim dan para hamba Allah saling melakukan kezaliman. Emas menjadi dorongan untuk mencintai kehidupan dunia ini, kehidupan akhirat dan apa yang Allah persiapkan di akhirat bagi para hamba-Nya yang taat. Gara-gara emas, begitu banyak kebenaran dikuburkan, begitu banyak kepalsuan dihidupkan, begitu banyak manusia zalim diberi dukungan dan begitu banyak manusia suci diperlakukan secara zalim. Sungguh benar apa yang dikatakan oleh Abu Qasim Al-Hariri:

Sungguh celaka benda penipu itu, berwarna kuning dan bermuka dua tak ubahnya munafik saja.

Memiliki dua karakter bagi mata yang memandangnya, perhiasan, kecintaan dan warna yang memikat jiwa.

Asmara yang dikandungnya menyebabkan orang-orang yang menggemarinya terpaksa melakukan berbagai hal yang membuat marah Sang Pencipta.

Jika bukan karena emas permata, tak akan dipotong tangan pencuri, tidak akan ada kezaliman diperbuat orang fasik.

Jika bukan para pemiliknya yang kikir menolak tamu yang mendatanginya, tidak akan ada orang kaya yang menolak menolong sesama.

Tidak akan ada pula orang hasad yang perlu dikhawatirkan, tidak ada kejahatan yang ditakuti dari sesama manusia.

Emas tidak akan membuat kita kaya saat datang kebutuhan mendesak kita, kecuali jika kita berlari membawanya seperti budak lari dari tuannya.

32. *RUTHAB* (KURMA MASAK YANG BELUM DIJEMUR)

Allah berfirman kepada Maryam, "Dan goyangkanlah pangkal pohon kurma itu ke arahmu, niscaya pohon kurma itu akan menggugurkan buah kurma yang masak kepadamu. Maka makan, minum dan senangkanlah hatimu! Dan, jika engkau melihat seorang manusia, maka katakanlah, 'Sesungguhnya aku telah bernazar berpuasa untuk Tuhan Yang Maha Pengasih maka aku tidak berbicara dengan seorang manusia pun pada hari ini.'" (QS. Maryam: 25-26)

Dalam *Shahihain* diriwayatkan: Abdullah bin Ja'far ra berkata, "Saya melihat Nabi s.a.w memakan mentimun dengan kurma masak"

Abu Dawud juga meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Anas ra berkata, "Rasulullah s.a.w biasa berbuka puasa dengan memakan buah kurma masak sebelum shalat. Jika tidak memilikinya, beliau memakan kurma masak. Jika tidak memiliki kurma masak, beliau pasti meminum beberapa teguk air.'

Kurma masak, sebagaimana air, bersifat panas dan basah. Kurma masak menguatkan perut, menambah produksi sperma dan kesuburan, cocok bagi orang yang memiliki metabolisme dingin dan sangat bergizi.

Kurma masak dan segar sangat cocok bagi penduduk Madinah dan daerah-daerah lain tempat buah itu tumbuh. Buah-buahan ini sangat berkhasiat bagi tubuh, tetapi cepat membusuk dalam perut orang-orang yang tidak biasa memakannya, dan dengan demikian memproduksi darah yang tidak baik. Jika dimakan secara berlebihan, kurma masak dapat menyebabkan sakit kepala dan melankoli serta merusak gigi. *Oximel* (*Sakanjabin*) dapat menetralisir zat-zat perusak yang menyertai kurma masak.

Jika Rasulullah s.a.w berbuka puasa, pertama-tama beliau memakan kurma masak dan segar atau meminum air. Ini merupakan cara yang bijak, karena puasa mengosongkan perut dari makanan dan lever tidak akan mendapatkan cukup energi untuk dialirkan ke berbagai organ. Makanan manis paling cepat mencapai lever dan juga disukai lever, terutama kurma basah yang berkhasiat bagi lever dan bagi tenaga. Jika tidak ada kurma masak, orang sebaiknya memakan kurma masak yang kering, karena kurma itu manis dan bergizi. Jika tidak, beberapa teguk air dapat memadamkan panas perut orang yang sedang berpuasa. Setelah itu perut akan siap menerima makanan dengan lahap.

33. *RAIHAN* (DAUN KEMANGI)

Allah berfirman:

Maka, jika ia (orang yang telah wafat) termasuk di antara muqarrabin (orang-orang yang didekatkan kepada Allah), bagi mereka kesenangan, kebahagiaan dan surga yang penuh nikmat. (QS. Al-Waqi'ah: 88-89)

Dan Dia berfirman:

Dan biji-bijian dengan daun-daunan bertangkai serta tumbuh-tumbuhan yang harum mewangi. (QS. Ar-Rahman: 12)

Imam Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Rasulullah

s.a.w bersabda, "Siapa saja yang diberi *raihan*, janganlah menolaknya karena ia ringan dan memiliki bau yang harum."

Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-nya dari Usamah ra yang meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Adakah orang yang ingin memasuki surga, karena surga semuanya baik. Demi Tuhan Pemilik Ka'bah, surga itu merupakan cahaya berkilauan, *raihan* yang bersinar cerah, istana mewah, sungai yang mengalir, kurma masak kering, istri yang cantik, busana yang beraneka warna, hunian abadi dalam tempat tinggal yang baik, buah-buahan, sayur-sayuran, kesenangan dan nikmat yang berada pada tempat yang agung dan menyenangkan." Mereka (para sahabat) berkata, "Wahai Rasulullah, kami ingin memasukinya." Beliau berkata, "Katakanlah, dengan izin Allah." Mereka berkata, "Dengan izin Allah."

Setiap tanaman yang harum dinamakan *raihan*. Karena itu, setiap daerah memberikan nama yang berbeda pada tumbuhan itu. Contohnya, penduduk di wilayah barat, demikian pula bangsa Arab menamakan tumbuhan beraroma dengan *raihan*. Penduduk Irak dan Syam menamakan *hibk* dengan *raihan*.

Raihan bersifat dingin pada tingkatan pertama dan kering pada tingkatan kedua. Tanaman ini merupakan senyawa dari beberapa kualitas, didominasi oleh esens bumi yang dingin. *Raihan* juga terdiri dari zat panas yang lembut. *Raihan* meringankan sakit kepala, memiliki daya pengering yang sangat kuat.

Raihan menghentikan diare, penyakit kuning, menghilangkan panas dan uap basah jika seseorang mencium baunya. Aromanya juga melegakan jantung dan mencegah wabah terutama jika ditebarkan di sekeliling rumah.

Raihan menyembuhkan tumor-tumor di dua ureter jika diborehkan di atasnya. Jika daun *raihan* segar ditumbuk dan dicampur dengan cuka lalu diletakkan di kepala, dapat menghentikan perdarahan hidung. Jika daun *raihan* kering dihancurkan dan bubuknya ditaburkan di atas koreng basah, maka akan menyembuhkannya dan dapat

membantu organ-organ yang lemah jika digunakan sebagai pembalut, menyembuhkan jari septis, serta menyembuhkan bintik-bintik dan koreng di tangan dan kaki

Jika digunakan untuk menggosok tubuh, *raihan* dapat menghilangkan keringat, mengeringkan kelembaban berlebihan dan melenyapkan bau badan. Jika seseorang berendam di dalam air *raihan* yang dimasak, maka air itu dapat mengobati infeksi di pantat dan vagina. Jika air itu dituangkan ke atas luka, maka dapat menyembuhkan sendi-sendi yang lemah dan tulang-tulang yang retak.

Manfaat lain *raihan* adalah menghilangkan ketombe dan koreng basah serta bintik-bintik di kepala. *Raihan* dapat menghitamkan dan mencegah kerontokan rambut. Daun *raihan* mengobati koreng basah, luka sariawan, infeksi kulit, tumor akut, *urticaria* (*hives*) dan bawasir. Caranya, daun *raihan* ditumbuk dengan sedikit air lalu dicampur dengan sedikit minyak atau minyak mawar, kemudian digunakan sebagai pembalut.

Biji *raihan* dapat mengobati batuk darah dan paru-paru, juga melapisi perut dan membersihkannya, mengobati diare dan batuk, dan ini merupakan kualitas khusus *raihan* yang jarang ditemukan pada obat-obatan lain. Biji *raihan* juga membantu produksi urine dan menyembuhkan infeksi kandung kemih, gigitan laba-laba dan sengatan binatang berbisa. Berbahaya menggunakan akar *raihan* untuk membersihkan gigi .

Menurut sebagian pendapat, *raihan* Persia, yang juga dinamakan *hibq*, adalah panas. Jika dihirup, *hibq* dapat menyembuhkan sakit kepala panas. Ada yang mengatakan jenis *raihan* ini dingin, namun memiliki sebagian dari empat jenis temperamen. *Raihan* ini dapat membantu menidurkan mata.

Biji *Raihan* Persia mencegah diare dari penyakit kuning, perut, menguatkan jantung dan mengobati penyakit kuning.

34. *RUMMAN* (BUAH DELIMA)

Allah berfirman:

Di dalamnya (surga) ada buah-buahan, pepohonan kurma dan delima. (QS. Ar-Rahman: 68)

Ibnu Abbas meriwayatkan sebuah hadits: Masing-masing dari buah delima kalian diserbuki oleh benih delima surga. *Harb* dan yang lainnya meriwayatkan dari Ali ra yang berkata, "Makanlah delima dengan kulitnya, sebab dapat membersihkan perut."

Delima manis bersifat panas dan basah, berguna untuk perut dan memperkuat perut karena memiliki zat konstipasi ringan. Delima berguna bagi tenggorokan, dada, paru-paru serta melegakan batuk. Jus delima merelaksasi perut, bergizi, cepat dicerna karena manisnya dan menghasilkan panas bersama udara dalam perut. Buah ini meningkatkan produksi sperma, tapi tidak cocok bagi orang-orang yang menderita demam. Delima memiliki kualitas khusus, yakni dapat mencegah roti menjadi busuk di dalam perut bila dimakan dengan delima.

Delima asam bersifat dingin dan kering serta memiliki daya penahan darah ringan. Jenis delima ini menyembuhkan perut yang berlebihan panasnya dan membantu memproduksi lebih banyak urine dibandingkan jenis delima lainnya. Delima asam juga meredakan gejala-gejala penyakit kuning, menghentikan buang air akibat obat pencahar, mencegah muntah, melunakkan ampas makanan, menghentikan panas dalam lever, menguatkan organ-organ, meredakan goncangan lever, sakit jantung dan sakit bibir lambung. Delima memperkuat perut, membebaskannya dari kotoran dan meredakan penyakit kuning serta baik bagi darah.

Jus delima yang dimasak dengan sedikit madu hingga seperti salep dan digunakan sebagai tetes mata dapat menjernihkan rona kuning mata dan dapat menghancurkan kelembaban yang padat. Jika diletakkan di gusi dapat menyembuhkan bintik-bintik merah pada

gusi. Juga, jus delima yang diekstrak dengan kulit buahnya dapat berfungsi sebagai obat pencahar dan dapat membebaskan tubuh dari kelembaban-kelembaban lever septis, serta mengobati demam jangka pendek.

Kualitas delima yang rasanya sepat berada di tengah-tengah antara dua jenis lain yang telah kami sebutkan, meskipun jenis ini lebih condong ke arah asam. Biji delima yang dicampur dengan madu dapat mengurangi jari septis (*agnail*) dan koreng-koreng yang berbahaya. Bunga delima juga membantu menyembuhkan luka-luka. Dikatakan bahwa jika seseorang menelan tiga bunga delima setiap tahun, ia akan selamat dari radang selaput mata sepanjang tahun.

HURUF ZAI

35. *ZAIT* (MINYAK ZAITUN)

Allah berfirman:

Dinyalakan dari sebuah pohon yang diberkati, zaitun, tidak dari timur – maksudnya tidak mendapat sinar matahari hanya di pagi hari – tidak dari barat – maksudnya tidak mendapat sinar matahari hanya di sore hari, namun terkena matahari sepanjang hari, yang minyaknya hampir menimbulkan cahaya, meskipun tak ada api yang menyentuhnya.(QS. An-Nur: 35)

At-Tirmidzi dan Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Abu Hurairah ra meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Makanlah minyak zaitun dan gunakan sebagai minyak rambut karena ia berasal dari pohon yang diberkati."

Al-Baihaqi dan Ibnu Majah juga meriwayatkan bahwa Abdullah bin Umar ra berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Makanlah minyak zaitun dan gunakan sebagai minyak rambut, karena ia berasal dari pohon yang diberkati (pohon zaitun)."

Zaitun bersifat lembab pada tingkatan pertama. Pernyataan bahwa minyak ini kering adalah salah. Kualitas minyak zaitun tergantung pada pohon yang memproduksinya, di mana minyak zaitun terbaik adalah yang diperas dari zaitun masak. Minyak dari zaitun yang tidak masak dingin dan kering. Minyak zaitun merah menghasilkan minyak yang berada di antara dua jenis minyak zaitun ini. Minyak zaitun hitam bersifat panas dan basah, menyembuhkan racun, berfungsi sebagai obat pencahar dan membebaskan tubuh dari penyakit cacingan. Minyak zaitun tua lebih panas dan lebih berkhasiat. Jika minyak tersebut dicampur dengan air maka menjadi kurang panas, lebih manis, dan

lebih berkhasiat. Semua jenis minyak zaitun melembutkan kulit dan memperlambat proses penuaan. Air bergaram yang dicampur dengan minyak zaitun menghentikan nyala api dan menguatkan gusi. Daun zaitun menyembuhkan demam, kesemutan, infeksi kulit, koreng kering, koreng basah dan keringat berlebihan. Masih banyak manfaat lain minyak zaitun.

36. *ZUBDAH* (SARI MENTEGA)

Abu Dawud meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa dua anak Busr As-Sullamain berkata, "Rasulullah s.a.w mendatangi kami dan kami menyuguhi beliau mentega dan beberapa kurma masak, karena biasanya beliau suka makan mentega dan kurma masak."

Mentega bersifat panas dan basah serta memiliki banyak manfaat seperti membantu pembakaran dan pencernaan. Mentega menghilangkan bengkak yang muncul di dekat telinga dan saluran kencing. Jika digunakan tanpa campuran, mentega dapat menyembuhkan sariawan mulut dan inflamasi yang menyerang tubuh anak-anak dan wanita. Jika dijilat, mentega menyembuhkan batuk darah dan mematangkan pembengkakan pada paru-paru.

Mentega merelaksasi perut, syaraf-syaraf dan bengkak keras yang terjadi pada kandung empedu dan juga kerongkongan, serta menghilangkan kekeringan dalam tubuh. Jika diletakkan di tempat gigi anak tumbuh, mentega membantu tumbuhnya gigi. Mentega meredakan batuk akibat pilek dan kekeringan. Mentega dapat menyembuhkan herpes dan kekesatan dalam tubuh dan berfungsi sebagai obat pencahar. Namun, mentega mengurangi nafsu makan dan mengurangi manisnya madu dan kurma.

Rahasia di balik kebiasaan Rasulullah s.a.w memakan kurma masak dengan mentega adalah keduanya menetralisasi efek satu sama lain.

37. *ZABIB* (KISMIS)

Ada dua hadits tak *shahih* tentang kismis: 1. "Kismis adalah makanan yang sangat baik karena ia menambah selera dan menghilangkan dahak." 2. "Kismis adalah makanan terbaik karena ia menghilangkan keletihan, memperkuat syaraf, meredamkan kemarahan, menajamkan warna dan menambah rasa makanan."

Jenis kismis terbaik adalah kismis yang ukurannya paling besar, paling gemuk, berkulit tipis dan berbiji kecil atau tanpa biji. Kismis bersifat panas dan basah pada tingkatan pertama, sedangkan bijinya bersifat dingin dan kering.

Kismis mirip dengan anggur yang merupakan asalnya. Kismis manis bersifat panas, kismis asam menimbulkan sembelit. Bahkan, kismis cocok untuk batang tenggorokan serta menyembuhkan batuk, lever dan penyakit kandung kencing. Kismis juga memperkuat perut dan mengurangi rasa sakit rongga usus.

Buah kismis manis lebih bergizi daripada anggur, tetapi kurang bergizi daripada buah ara kering. Buah kismis manis memiliki energi pembakar dan membantu pencernaan. Kismis memperkuat perut, limpa dan lever, serta menyembuhkan sakit kerongkongan, dada, paru-paru, ginjal dan kandung kencing.

Paling baik jika memakan yang tanpa biji karena mengandung banyak gizi dan tidak menyebabkan penyumbatan seperti kurma. Tetapi memakan kurma dengan bijinya lebih baik bagi perut, lever dan limpa. Orang yang kukunya rapuh dan memanfaatkan bubur kismis dengan cara meletakkannya di atas kuku tersebut, sehingga kerapuhan kuku sembuh dan kuku menjadi kuat. Kismis manis tanpa biji menyembuhkan orang yang menderita kelembaban dan lendir berlebihan serta menyuburkan lever dan menyehatkannya.

Kismis menguatkan daya ingat, sebagaimana dikatakan az-Zuhri, "Orang-orang yang ingin menghafal hadits seharusnya memakan kismis." Al-Mansur meriwayatkan dari kakeknya, Abdullah bin Abbas,

yang melukiskan kismis dengan mengatakan, "Bijinya adalah penyakit, sedangkan daging buahnya adalah obat."

38. *ZANJABIL* (JAHE)

Allah berfirman:

Dan mereka diberikan minum berupa segelas (anggur) yang dicampur jahe.(QS. Al-Insan:17)

Dalam kitabnya *Ath-Thib An-Nabawi*, Abu Nu'aim meriwayatkan bahwa Abu Sa'id al-Khudri ra berkata, "Raja Romawi memberikan hadiah kepada Rasulullah s.a.w berupa satu karung jahe. Rasulullah membagi-bagikan sepotong kepada setiap orang dan memberiku sepotong."

Jahe bersifat panas pada tingkatan kedua dan lembab pada tingkatan pertama. Jahe memanaskan tubuh, membantu proses pencernaan, melembutkan perut, membuka penyumbatan lever akibat hawa dingin dan kelembaban serta mengobati kelembaban yang menyebabkan lemahnya penglihatan jika dimakan atau digunakan sebagai celak. Jahe meningkatkan kekuatan seksual dan mengatasi angin duduk yang terjadi di usus dan perut.

Umumnya, jahe baik untuk dinginnya lever dan perut. Jahe yang dicampur dengan dua takar gula dan sedikit air panas dapat berfungsi sebagai obat pencahar dan dapat membebaskan tubuh dari kotoran yang berbahaya. Jahe efektif untuk melarutkan lendir.

Jahe asam bersifat panas dan kering, membangkitkan gairah seksual, meningkatkan produksi sperma, memanaskan perut dan lever, membantu proses pencernaan, mengeringkan lendir dalam tubuh dan menambah daya ingat. Jahe juga cocok bagi kondisi dingin, lever dan perut serta menghilangkan efek berbahaya memakan buah-buahan. Jahe menghilangkan bau badan dan menolak bahaya makanan-makanan berat dan dingin.

HURUF SIN

39. *SENNA* (SANA)

Kami telah mengemukakan khasiat *senna* sebelumnya dan menyatakan *senna* juga dinamakan *sanut*. Ada tujuh pendapat mengenai apa yang dimaksud dengan kata *senna*.

Pertama, *senna* dikatakan bermakna madu. Kedua, artinya adalah sejenis kuman pada minyak samin yang memunculkan bercak-bercak hitam di dalamnya. Ketiga, artinya adalah yang menyerupai biji kamun atau jinten tetapi bukan jinten. Keempat, artinya adalah jinten *Kirman*. Kelima, artinya adalah buah *qithmir*. Keenam, artinya adalah kurma. Ketujuh, artinya adalah jinten halus.

40. *SAFARJAL* (SEJENIS JAMBU BIJI)

Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-nya, sebuah hadits dari Ismail bin Muhammad Al-Talhi dari Syuaib Bin Az-Zubairi dari Thalhah bin Ubaidillah: Saya datang kepada Rasulullah s.a.w ketika beliau sedang memegang *safarjal* di tangannya. Beliau bersabda, "Makanlah, hai Thalhah, karena *safarjal* menenangkan jantung." An-Nasai meriwayatkan hadits ini menurut versi lain: Aku datang kepada Rasulullah yang pada saat itu sedang dikelilingi oleh para sahabatnya. Ketika itu beliau sedang memegang *safarjal*. Aku duduk dan beliau melemparkan buah itu kepadaku sambil bersabda, "Makanlah hai Abu Dzarr karena ia menguatkan jantung, memperbaiki nafas dan menghilangkan kesedihan." Hadits-hadits lain yang serupa telah diriwayatkan berkenaan dengan *safarjal*.

Safarjal bersifat dingin dan kering, menyerap dan baik bagi perut. *Safarjal* manis bersifat dingin, kering dan agak ringan. *Safarjal* asam

lebih dingin dan kering, serta lebih menggigit daripada *safarjal* manis. Semua jenis *safarjal* menghilangkan dahaga, menghentikan muntah, menambah produksi urine dan memadatkan kotoran serta mengobati koreng pada usus, menghentikan perdarahan, diare dan mual. *Safarjal* mencegah naiknya materi gas jika dimakan setelah mengonsumsi makanan lain. Manfaat abu daun dan tangkai *safarjal* yang dicuci sama dengan manfaat daun stroberi.

Jika dikonsumsi sebelum makan, *safarjal* dapat menimbulkan sembelit. Jika dikonsumsi setelah makan, *safarjal* melembutkan tinja dan membantu proses pencernaan. Makan *safarjal* secara berlebihan dapat membahayakan syaraf dan menyebabkan sembelit berat. *Safarjal* membantu meredakan penyakit kuning yang terjadi di dalam perut.

Safarjal menjadi lebih lembut dan ringan jika dipanggang. *Safarjal* sangat berkhasiat jika biji *safarjal* dibuang, madu dimasukkan untuk menggantikan tempat biji yang dibuang kemudian direndam dalam adonan. Setelah itu *safarjal* dipanggang dengan abu panas. *Safarjal* terbaik adalah *safarjal* yang dipanggang dan dimasak dalam madu. Biji *safarjal* menghilangkan kekeringan tenggorokan, batang tenggorokan dan beberapa penyakit lain. Selai *safarjal* memperkuat perut, lever, memperkuat jantung dan mengharumkan napas.

41. SIWAK

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Seandainya tidak memberatkan umatku, sungguh aku akan memerintahkan mereka untuk menggunakan siwak sebelum melaksanakan shalat."

Dalam *Shahihain* diriwayatkan, "Jika bangun pada malam hari (untuk melakukan shalat malam), Rasulullah s.a.w membersihkan mulutnya dengan siwak. Bukhari juga meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Siwak membersihkan mulut dan membuat Tuhan ridha." Imam Muslim meriwayatkan, "Jika memasuki rumahnya, yang

pertama dilakukan Rasulullah s.a.w adalah bersiwak."

Selain itu, banyak hadits lain tentang bersiwak.

Sebuah hadits *shahih* juga menyatakan bahwa beberapa saat sebelum wafat, Rasulullah s.a.w menggunakan siwak. Beliau juga bersabda, "Saya telah banyak menekankan kepada kalian agar menggunakan siwak."

Siwak terbaik dibuat dari pohon arak dan sejenisnya. Untuk membuat siwak, orang tidak boleh menggunakan pohon yang belum dikenal karena mungkin beracun. Bersiwak secara berlebihan dapat menghilangkan lapisan gigi sehingga gigi akan menerima uap-uap panas atau gas-gas yang naik dari perut dan semua jenis kotoran. Jika digunakan secara layak, siwak dapat mengilaukan gigi, memperkuat akar-akar gigi, membantu lidah, mencegah timbulnya plak, mengharumkan napas, menjernihkan otak dan menambah nafsu makan.

Siwak terbaik adalah yang diperciki air mawar. Siwak yang paling efisien terbuat dari tangkai kenari. Pengarang *at-Taysir* berkata, "Dikatakan bahwa jika seseorang bersiwak sekali dalam lima hari, maka dapat menjernihkan kepala, mempertajam panca indra dan pikiran."

Bersiwak banyak manfaatnya seperti mengharumkan napas, memperkuat gusi, membersihkan lendir dan penglihatan serta mencegah gigi berlubang, menjaga kesehatan perut, menjernihkan suara, membantu proses pencernaan, memperjelas ucapan dan mendorong seseorang untuk membaca Al-Qur'an, berdzikir kepada Allah dan melaksanakan shalat. Bersiwak juga mengurangi sifat mengantuk, membuat Allah ridha, menyenangkan para malaikat dan menambah amal shaleh.

Bersiwak baik dilakukan setiap waktu, khususnya sebelum shalat, sebelum berwudhu, ketika bangun tidur dan ketika mulut berbau busuk. Bersiwak juga diutamakan bagi orang-orang yang berpuasa dan semua orang yang berbuka pada setiap waktu. Ada beberapa hadits yang membolehkan bersiwak bagi orang yang sedang berpuasa, karena

sangat berkhasiat bagi mereka dan membuat Allah ridha. Mendapat ridha Allah ketika berpuasa lebih didambakan daripada waktu-waktu lain. Bersiwak membersihkan mulut, sedangkan kebersihan bagi orang yang sedang berpuasa termasuk salah satu amal shaleh yang ingin dicapai oleh orang yang puasa.

Dalam *Sunan* diriwayatkan bahwa Amir bin Rabi'ah ra berkata, "Saya sering melihat Rasulullah s.a.w bersiwak ketika sedang berpuasa."

Bukhari juga menceritakan: Ibnu Umar ra berkata bahwa Nabi s.a.w bersiwak dua kali sehari, yaitu pagi dan petang hari.

Ada kesepakatan agar orang berpuasa mencuci mulutnya sewaktu wudhu dan mencuci mulut merupakan kewajiban atau perbuatan yang lebih diutamakan daripada bersiwak. Allah tidak ingin manusia beribadah kepada-Nya saat mulut mereka berbau busuk. Beribadah saat mulut berbau busuk bukan perbuatan ibadah. Sabda Rasulullah yang mengatakan bahwa bau mulut orang yang sedang berpuasa lebih baik dalam pandangan-Nya daripada bau kesturi dimaksudkan untuk mendorong orang agar berpuasa, bukan memperbolehkan bau busuk yang dikeluarkan mulut. Karena itu, orang yang berpuasa perlu bersiwak melebihi orang lain. Keridhaan Allah jauh lebih utama daripada rasa suka-Nya pada bau mulut orang berpuasa.

Pada hari kiamat nanti, bersiwak tidak mencegah bau harum mulut orang yang berpuasa di dunia. Mulut orang yang berpuasa akan berbau melebihi kesturi pada hari kiamat sebagai tanda pelaksanaan puasanya, meskipun bau yang biasa berasal dari mulutnya dihilangkan melalui siwak. Orang yang terluka (karena membela agama Allah) dalam kehidupan ini diperintahkan untuk menghilangkan darah dari tubuhnya, namun lukanya masih akan memiliki warna darah pada hari kiamat dan berbau kesturi.

Bersiwak tidak menghilangkan bau mulut orang yang berpuasa karena penyebabnya masih ada, yaitu perut yang kosong dari makanan. Namun efeknya dapat dikurangi dari gigi dan gusi.

Rasulullah s.a.w mengajarkan amalan yang utama dan perbuatan yang tidak disukai kepada umatnya. Beliau tidak menyebutkan siwak di antara perbuatan-perbuatan yang tidak disukai, meskipun diketahui bahwa mereka menggunakannya karena beliau mendorong mereka secara umum untuk bersiwak dan mereka sering melihat Nabi menggunakan siwak pada saat berpuasa. Beliau mengetahui mereka akan meneladaninya. Beliau pernah mencegah umatnya bersiwak setelah matahari terbenam. Orang tidak boleh memberikan saran jika waktunya tidak tepat. *Wallahu a'lam.*

42. *SAMN* (MINYAK SAMIN)

Muhammad bin Jarir At-Tabari meriwayatkan dalam *al-Musnad* sebuah hadits dari Suhaib yang meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w menganjurkan seorang muslim untuk minum susu sapi karena susu sapi merupakan obat dan mentega dari susu itu adalah obat, sekalipun daging sapi mengandung penyakit. Sanad hadits ini tidak *shahih.*

Samn bersifat panas dan basah pada tingkatan pertama, lunak dan mengempeskan pembengkakan pada bagian-bagian tubuh yang lunak. *Samn* lebih kuat daripada mentega sebagai unsur yang mematangkan dan merelaksasi. Galineus mengatakan bahwa minyak samin menyembuhkan bengkak di telinga dan ujung hidung. Jika dasar gigi diolesi minyak samin, gigi akan tumbuh lebih cepat.

Minyak samin yang dicampur madu dan pala pahit dapat membersihkan dada dan paru-paru serta menghilangkan penyakit. Terutama jika perut orang yang mengonsumsinya berlendir.

Minyak samin yang terbuat dari susu sapi dan susu kambing dicampur madu dapat melawan materi-materi toksik (racun) serta sengatan ular dan kalajengking. Ibnu as-Sunni menyebutkan Ali ra berkata bahwa obat terbaik yang pernah digunakan adalah minyak samin.

43. *SAMAK* (IKAN)

Imam Ahmad dan Ibnu Majah meriwayatkan dari Abdullah bin Umar ra yang berkata bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Kita dihalalkan untuk memakan dua bangkai dan dua darah: ikan dan belalang, serta hati dan limpa."

Banyak jenis ikan. Yang terbaik adalah yang paling enak, beraroma terbaik, berukuran sedang, memiliki sisik yang bagus, dagingnya lembut, hidup di air tawar yang mengalir di atas batu-batu kerikil dan ikan yang memakan tumbuhan dan sampah non-organik. Tempat terbaik untuk ikan adalah sungai berair bersih yang mengaliri batu-batu karang, daerah yang memiliki tanah berpasir, tidak banyak pencemaran atau sampah-sampah, agak tenang, disinari matahari dan terkena udara.

Ikan laut juga lembut dan enak. Ikan laut yang masih segar bersifat dingin dan basah, sulit dicerna dan memproduksi banyak lendir, namun menghasilkan suhu yang dapat diterima, meningkatkan produksi sperma dan kesuburan serta memperbaiki sistem pencernaan yang panas.

Jenis ikan asin terbaik adalah ikan asin yang baru saja menjalani proses pengasinan. Ikan asin bersifat panas dan kering. Semakin lama proses pengasinannya, semakin panas dan kering jadinya. Ikan silurid sangat lengket dan orang-orang Yahudi tidak mau memakan jenis ikan ini. Daging silurid yang masih segar dapat melembutkan otot perut, dan jika diasinkan lalu disimpan agak lama dapat membersihkan batang tenggorokan dan memperindah suara. Jika ditumbuk dan dibalurkan di bagian luar tubuh, ikan silurid dapat mengeluarkan sampah-sampah yang menumpuk di tubuh karena silurid memiliki energi untuk mengeluarkan zat sampah.

Berendam dalam air garam silurid dapat menyembuhkan luka usus yang baru terbentuk dan mengeluarkan zat-zat berbahaya dari tubuh. Air garam silurid, bila disuntikkan, dapat menyembuhkan sakit pinggang.

Daging ikan terbaik adalah yang terdekat dengan ekor. Daging ikan yang gemuk dan segar memproduksi lemak dan daging.

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Jabir bin Abdullah ra berkata, "Rasulullah s.a.w mengutus kami bersama tiga ratus penunggang kuda yang dipimpin Abu Ubaidah bin al-Jarrah. Kami melewati pantai dan kami merasa sangat lapar hingga kami memakan dedaunan. Laut kemudian melemparkan seekor ikan paus yang dinamakan Anbar ke arah kami. Kami memakannya selama setengah bulan dan menggunakan lemaknya sebagai lauk. Abu Ubaidah kemudian mengambil sebuah tulang iga ikan itu dan meminta seseorang untuk membonceng untanya, sementara tulang itu dia tancapkan sehingga dia lewat di sampingnya."

44. *SILQH* (SAYUR REBUS)

At-Tirmidzi dan Abu Dawud meriwayatkan Ummi al-Mundzir berkata bahwa Rasulullah s.a.w mampir ke rumahnya bersama Ali ra yang baru sembuh dari suatu penyakit. Mereka makan beberapa tandan kurma. Rasulullah s.a.w dan Ali mulai memakannya. Rasulullah s.a.w kemudian berkata kepadanya, "Jangan Ali, engkau baru saja sembuh." Ali berhenti makan. Kemudian saya membuatkan barli dengan *silqh* dan menghidangkannya kepada mereka. Rasulullah s.a.w berkata kepada Ali ra, "Wahai Ali, makanlah, karena ini lebih baik bagimu." At-Tirmidzi berkata bahwa hadits ini hasan gharib.

Silqh bersifat panas dan kering pada tingkatan pertama. *Silqh* juga membantu metabolisme dan membuka penyumbatan-penyumbatan. *Silqh* hitam memiliki daya penghisap dan membantu mengatasi penyakit musang, menghilangkan ketombe dan kutil jika airnya dibalurkan ke kulit kepala. Buah ini juga membunuh kutu dan jika dicampur madu lalu dioleskan ke badan yang gatal akan berkhasiat. *Silqh* juga membuka penyumbatan-penyumbatan dalam lever dan limpa.

Silqh hitam menguatkan otot perut sebagaimana telah kami kemukakan, terutama jika dikonsumsi dengan adas. Keduanya tidak cocok untuk pencernaan. Namun *silqh* putih dengan adas dapat melembutkan otot perut dan digunakan sebagai obat pencahar, airnya untuk mengobati mencret jika dicampur dengan jinten dan bumbu lain. Namun, *silqh* putih tidak bergizi, kurang baik bagi pencernaan dan memanaskan darah. Cuka dan lada dapat menetralkan efek samping ini. Memakannya secara berlebihan dapat menyebabkan sembelit dan masuk angin.

HURUF SYIN

45. *SYUNIZ* (HABBATUS SAUDA)

Artinya jinten hitam. Kami telah membicarakan sebelumnya di bawah huruf Ha'.

46. *SYUBRUM* (KACANG KEDELAI)

At-Tirmidzi dan Ibnu Majah meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Rasulullah s.a.w bertanya kepada Asma binti Umais ra, "Bagaimana engkau mengobati sembelit?" Asma menjawab, "Dengan *syubrum*." Rasulullah s.a.w berkata, "Sebuah pencahar yang panas sifatnya."

Syubrum adalah sebuah pohon kecil yang kadang-kadang tumbuh setinggi manusia: *Syubrum* memiliki batang merah keputihan, sedangkan ujung batangnya berakhir dengan setumpuk. Tunas bunga *syubrum* kecil dan putih kekuningan. Jika tunasnya gugur, maka akan digantikan tangkai kecil yang digantikan butiran-butiran kecil yang tampak seperti pohon terpentin. Warna tangkainya merah dan memiliki kulit berwarna merah yang menutupi tulang-tulang daunnya. Yang digunakan adalah kulit-kulitnya, tulang-tulang daunnya dan sari batang.

Syubrum bersifat panas dan kering pada tingkatan keempat serta mengencerkan unsur hitam, kotoran kasar, cairan kuning dan dahak. Tumbuhan ini menyebabkan mual dan kepedihan. Mengonsumsinya dalam jumlah berlebihan dapat menyebabkan kematian. Untuk menggunakan *syubrum*, pertama-tama *syubrum* direndam dalam susu selama sehari semalam dan susu itu hendaklah diganti dua atau tiga kali dalam sehari. Kemudian *syubrum* dijemur di bawah naungan dan dicampur dengan air mawar dan *kathira*, selanjutnya dikonsumsi

dengan air madu atau jus anggur.

Dua atau empat takar kecil *syubrum* merupakan satu dosis. Hunain berkata, "Mengenai susu *syubrum*, saya tidak melihat kebaikan di dalamnya dan karena itu saya tidak merekomendasikannya. Banyak tabib telah membunuh beberapa orang dengannya."

47. *SYA'IR* (GANDUM *GREST*)

Ibnu Majah meriwayatkan bahwa Aisyah ra berkata, "Jika seorang anggota keluarganya demam, Rasulullah memerintahkan agar membuat gulai dari gandum *grest* dan kemudian si sakit diperintahkan untuk memakannya. Beliau mengatakan, "Gulai ini menguatkan hati orang yang bersedih dan menggembirakan hati orang yang sakit, sebagaimana seseorang dari kalian menghilangkan kotoran dari wajahnya dengan air."

Kami telah mengemukakan bahwa gulai yang disebutkan dalam hadits ini adalah air rebusan gandum *grest* yang lebih bergizi daripada tepungnya. Gulai gandum *grest* mengobati batuk dan radang tenggorokan, membebaskan ampas makanan yang mengganggu, melancarkan air seni, membersihkan perut, menghilangkan dahaga dan meredakan panas. Gulai gandum juga mengandung energi pembersih dan membantu proses metabolisme.

Caranya: Masukkan dalam panci bersih satu porsi gandum *sya'ir* yang baik dan air sejumlah lima kalinya. Panci yang berisi satu porsi gandum *sya'ir* dan air itu dimasak di bawah suhu sedang hingga tinggal seperlimanya. Gulai yang dihasilkan kemudian dibersihkan dan digunakan sesuai yang diperlukan.

48. *SYAWIYY* (DAGING PANGGANG)

Allah berfirman tentang kisah Nabi Ibrahim as menerima tamu:

Dan ia (Ibrahim) bersegera melayani mereka dengan daging anak sapi yang dipanggang.(QS. Hud: 69)

Ibrahim as memanggang daging anak sapi di atas batu panas membara.

At-Tirmidzi meriwayatkan dalam *Sunan*-nya bahwa Ummu Salamah ra berkata ia pernah membawakan Rasulullah s.a.w sekerat daging panggang. Rasulullah memakannya dan kemudian bangkit untuk melaksanakan shalat tanpa wudhu lagi. At-Tirmidzi kemudian berkomentar bahwa hadits ini *shahih*. At-Tirmidzi juga meriwayatkan bahwa Abdullah bin Al-Harith berkata, "Kami memakan daging panggang bersama Rasulullah s.a.w di dalam masjid." At-Tirmidzi meriwayatkan bahwa al-Mughirah bin Syu'bah ra berkata, "Pada satu malam, saya menjadi tamu Rasulullah s.a.w. Beliau memerintahkan untuk memanggang sekerat daging, selanjutnya beliau mengambil pisau dan mulai memotong sebagian untukku. Kemudian, Bilal datang untuk mengumandangkan adzan dan Nabi s.a.w meletakkan pisau sambil berkata, 'Ada apa dengannya? Celakalah ia.'"

Daging panggang terbaik adalah daging domba jantan berumur satu tahun dan daging domba betina yang gemuk. Sifatnya panas dan basah, menghasilkan bercak hitam, namun merupakan makanan paling bergizi bagi orang yang sehat, sakit, maupun yang baru sembuh. Daging yang dimasak lebih baik dan lebih ringan pada perut dan juga memiliki banyak kelembaban. Daging yang digoreng kurang baik, sedangkan daging yang dikeringkan di bawah sinar matahari adalah yang terburuk. Daging yang dipanggang di atas bara lebih baik daripada daging yang dipanggang di atas api menyala.

49. *SYAHM* (GAJIH)

Dalam *Musnad* diriwayatkan bahwa Anas ra menceritakan seorang lelaki Yahudi meminta Rasulullah s.a.w untuk menjadi tamunya dan ia menghidangkan roti gandum dan gajih kepada Nabi s.a.w.

Dalam *shahih* juga diriwayatkan bahwa Abdullah nin Mughaffal berkata: "Pada hari perang Khaibar, sekantong gajih diturunkan dan

saya mengambil sebagiannya sambil berkata, 'Demi Allah, saya tidak akan memberikan gajih ini kepada seorang pun.' Ketika saya menoleh, saya mendapati Rasulullah s.a.w tersenyum dan tidak berkomentar."

Gajih terbaik adalah gajih yang diambil dari hewan dewasa. Sifatnya panas dan lembab, tetapi kurang basah daripada minyak samin. Inilah sebabnya ketika gajih dan minyak samin dilelehkan, gajih lebih cepat mengeras.

Gajih membantu mengatasi gangguan tenggorokan, namun bisa berbau tengik. Untuk menetralisasi bau ini, sebaiknya digunakan jeruk nipis, garam dan jahe. Gajih kambing menimbulkan sembelit melebihi jenis gajih lainnya, sedangkan gajih kambing jantan lebih membantu proses pencernaan dan membantu mengobati koreng pada usus. Gajih kambing jantan tua dapat digunakan sebagai injeksi untuk penyakit luka lecet dan *tenesmus* (kejang pada kandung kemih atau anus).

HURUF SHAAD

50. *SHALAT* (SHALAT)

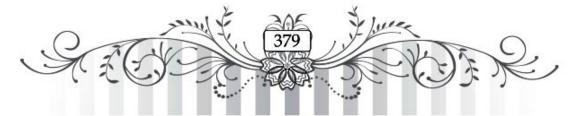
Allah berfirman:

> *Dan memohonlah pertolongan melalui kesabaran dan shalat. Sesungguhnya hal itu sangat berat kecuali bagi orang-orang yang khusu' – yaitu orang-orang yang sungguh-sungguh beriman kepada Allah – orang-orang yang taat kepada Allah dengan penuh ketundukan, sangat takut terhadap hukuman-Nya, serta mengimani janji-Nya (surga) dan peringatan-Nya (neraka). (QS. Al-Baqarah: 45)*

Wahai orang-orang beriman, memohonlah pertolongan melalui kesabaran dan shalat. Sesungguhnya Allah bersama orang-orang yang sabar. (QS. Al-Baqarah: 153)

> *Dan perintahkanlah keluargamu melaksanakan shalat dan bersabarlah dalam menjalankannya. Kami tidak meminta darimu rezeki, Kamilah yang memberimu rezeki, dan akhir yang baik (surga) adalah bagi orang-orang yang bertakwa. (QS. Al-Thaha: 132)*

Dalam *Sunan* diriwayatkan, "Setiap kali Rasulullah s.a.w menghadapi suatu masalah, beliau melaksanakan shalat." Kami telah mengemukakan penggunaan shalat sebagai terapi bagi berbagai jenis penyakit sebelum penyakit itu menjadi parah.

Shalat mendatangkan rezeki, menjaga kesehatan, menolak bahaya, menghilangkan penyakit, memperkuat hati, membuat wajah bercahaya, memberikan kebahagiaan jiwa dan menghilangkan kemalasan. Shalat memberikan energi kepada anggota-anggota tubuh,

menopang kekuatan, melapangkan dada, memberi gizi kepada jiwa, mendatangkan cahaya kepada hati, melindungi nikmat, menjauhkan diri dari kemurkaan Allah, mendatangkan keberkahan-keberkahan, menjauhkan seseorang dari setan dan mendekatkannya kepada Yang Maha Pemurah.

Shalat memiliki pengaruh luar biasa dalam menjaga kesehatan jasmani dan hati. Shalat juga mengusir unsur-unsur berbahaya. Jika ada dua orang yang menderita suatu penyakit atau mengalami suatu penderitaan, orang yang melaksanakan shalat akan paling ringan merasakan efek-efek penyakit atau penderitaan itu.

Shalat mempunyai pengaruh yang sangat luar biasa dalam menolak keburukan-keburukan kehidupan ini, terutama jika dikerjakan dengan sempurna secara batiniah dan lahiriah. Keburukan kehidupan dan kehidupan akhirat akan terhindarkan, sedangkan kebaikan dunia dan akhirat akan dihasilkan melalui shalat. Shalat adalah hubungan dengan Allah. Semakin dekat hubungan seorang hamba dengan Tuhannya, semakin terbuka pintu-pintu kebaikan baginya dan makin tertutup jalan-jalan menuju kejahatan. Sarana kesuksesan akan turun atas hamba dari Tuhannya, juga kesehatan, berbagai nikmat dan kekayaan, kesenangan, keceriaan, kegembiraan, kebahagiaan dan hal-hal yang baik dari kehidupan ini.

51. *SHABR* (KESABARAN)

Kesabaran adalah sebagian dari keimanan. Keimanan terdiri dari separuh kesabaran dan separuh rasa syukur. Sebagian salaf berkata, "Iman memiliki dua bagian, yaitu satu bagian kesabaran dan satu bagian lagi rasa syukur." Allah berfirman:

> *Sesungguhnya pada yang demikian itu terdapat tanda-tanda bagi setiap orang yang benar-benar bersabar dan bersyukur. (QS. Ibrahim: 5)*

Bagi keimanan, kesabaran itu ibarat kepala bagi badan. Ada

tiga macam kesabaran. Pertama, kesabaran dalam melaksanakan perintah-perintah Allah agar orang tidak mengabaikan perintah-perintah-Nya. Kedua, kesabaran dalam menjauhi larangan-larangan-Nya. Ketiga, kesabaran terhadap takdir dan keputusan-keputusan Allah sehingga orang tidak marah dengan takdir dan keputusan Allah. Jika orang memiliki tiga macam kesabaran ini secara sempurna, maka kesabarannya telah sempurna. Kebahagiaan kehidupan dunia dan akhiratnya akan sempurna. Orang yang ingin memperoleh hadiah besar harus melewati titian kesabaran, sebagaimana orang yang ingin mencapai surga harus melewati *shirath* (jembatan di atas neraka). Umar bin Khatab ra berkata, "Kami mencapai kehidupan terbaik melalui kesabaran."

Jika orang berpikir tentang derajat-derajat kesempurnaan dalam kehidupan ini, ia akan menyadari bahwa semuanya dicapai dengan kesabaran. Sebaliknya, jika orang berpikir tentang berbagai jenis kegagalan yang menimpa seseorang, ia akan menyadari bahwa semua kegagalan itu disebabkan oleh ketidaksabaran. Keberanian, kehormatan, kedermawanan dan mengutamakan orang lain dengan hal-hal yang baik merupakan kesabaran untuk sesaat.

Kesabaran ibarat mantra untuk mendapatkan harta tertinggi di angkasa, barangsiapa merapal mantra tersebut, pasti akan mendapatkan kekayaannya.

Banyak penyakit jasmani dan penyakit hati yang diakibatkan oleh ketidaksabaran. Kesabaran merupakan sarana bagi pemeliharaan kesehatan hati, tubuh dan jiwa, karena kesabaran merupakan keistimewaan teragung dan pengobatan terbesar. Jika kesabaran hanya meliputi ganjaran Allah terhadap hamba-hamba yang sabar dan cinta-Nya kepada mereka, maka hal itu sudah mencukupi. Allah mencintai orang-orang yang sabar, "Sesungguhnya kemenangan itu bersama kesabaran."

Kesabaran baik bagi orang-orang yang mengamalkannya. Kesabaran adalah sarana untuk mencapai kesuksesan.

Namun jika kalian bersabar, sungguh hal itu lebih baik bagi orang-orang yang sabar. (QS. An-Nahl: 126)

Wahai orang-orang yang beriman, bersabarlah, kuatkanlah kesabaran kalian. Tetaplah mengawal negeri kalian di tempat dari mana musuh dapat menyerang kalian dan bertakwalah kepada Allah, semoga kalian meraih keberuntungan. (QS. Ali Imran: 200)

52. *SHABIR* (JADAM/MAYONAISE)

Jadam memiliki beberapa khasiat, terutama jadam India, karena dapat menghilangkan ampas kuning pada otak dan saraf mata. Jadam yang diborehkan pada dahi dan pipi, setelah dicampur dengan minyak mawar, dapat menyembuhkan sakit kepala. Juga dapat membantu menyembuhkan radang hidung dan sariawan di mulut serta membantu mengencerkan unsur hitam dan depresi.

Jadam Persia dapat mencerdaskan otak dan menguatkan hati. Jika diminum dua sendok dicampur air dapat membersihkan ampas kuning dan lendir yang terakumulasi dalam perut. Juga dapat mengurangi nafsu syahwat yang berlebihan. Minum jadam saat udara dingin dapat menyebabkan hidung berdarah.

53. *SHAUM* (PUASA)

Puasa adalah perisai terhadap berbagai penyakit jiwa, hati dan tubuh. Masih banyak khasiatnya yang luar biasa. Puasa menjaga kesehatan, membebaskan tubuh dari zat-zat berbahaya, mencegah tubuh dari mengonsumsi apa yang mungkin membahayakannya, terutama jika seseorang berpuasa pada waktu-waktu terbaik yang ditentukan atau ketika tubuh memerlukannya. Puasa meringankan otot-otot dan seluruh tubuh serta menjamin stamina. Puasa juga memiliki khasiat yang mestinya membuat seseorang berkeinginan kuat mengamalkannya, karena ia mendatangkan kebahagiaan dan kelegaan

hati, cepat atau lambat (yaitu pada hari akhirat). Puasa sangat baik bagi orang-orang yang memiliki pencernaan dingin dan lembab serta menjaga kesehatan mereka.

Puasa merupakan pengobatan jasmani dan rohani. Jika orang yang berpuasa mematuhi berbagai aturan mengenai puasa, maka hati dan tubuhnya akan menerima manfaat puasa. Tubuh akan membebaskan zat asing berbahaya yang mudah menjangkiti tubuhnya serta menghilangkan zat-zat berbahaya yang masuk ke tubuh. Puasa membantu orang yang berpuasa untuk menjauhi segala sesuatu yang sebaiknya dihindari dan mencapai tujuan-tujuan di balik puasa. Puasa tidak hanya berpantang dari makan dan minum. Ada tujuan lain puasa yang semestinya dicapai seseorang sehingga menjadikannya sebagai amalan yang ganjarannya akan ditentukan Allah pada hari kiamat nanti. Puasa merupakan perisai bagi seorang hamba terhadap apa yang mungkin membahayakan tubuh dan jiwanya cepat atau lambat, dan inilah sebabnya Allah berfirman:

> *Wahai orang-orang yang beriman, diwajibkan atas kalian berpuasa sebagaimana telah diwajibkan atas orang-orang sebelum kalian, semoga kalian menjadi orang yang bertakwa. (QS. Al-Baqarah: 183)*

Puasa merupakan perisai dan alat pencegah yang sangat bermanfaat. Tujuan lain dalam berpuasa adalah untuk menyibukkan hati hanya dengan Allah, mengoptimalkan berbagai kekuatan tubuh untuk mengamalkan apa yang dicintai Allah. Kami telah menyebutkan beberapa rahasia puasa ketika kami mengulas petunjuk Rasulullah tentang puasa.

HURUF DHAAD

54. *DHABB* (BIAWAK PADANG PASIR)

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Ibnu Abbas ra berkata Rasulullah s.a.w ditanya apakah memakan biawak diharamkan. Sebab, beliau tidak memakan biawak ketika dihidangkan kepadanya. Rasulullah s.a.w menjawab, "Tidak. Namun, makanan ini tidak ada di negeriku dan aku tidak suka."

Pada waktu itu biawak dimakan di hadapan Rasulullah s.a.w. Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Ibnu Umar ra meriwayatkan dari Rasulullah s.a.w yang bersabda, "Aku tidak menghalalkannya dan aku juga tidak mengharamkannya."

Daging biawak bersifat panas dan kering, berkhasiat memperkuat kemampuan seksual. Jika ditumbuk dan dibalurkan pada kulit yang tertusuk duri, maka dapat mengeluarkan duri itu.

55. *DHIFDA'* (KODOK)

Imam Ahmad mengatakan, "(Membunuh) kodok tidak dibolehkan untuk tujuan pengobatan, karena Rasulullah s.a.w melarang membunuhnya." Imam Ahmad menunjukkan hadits yang diriwayatkan dalam *Musnad*-nya yang mengisahkan Utsman bin Abdul Rahman berkata bahwa seorang tabib menyebutkan penggunaan kodok untuk pengobatan, namun Rasulullah mengharamkan membunuh binatang itu.

Pengarang *al-Qanun* berkata, "Memakan daging atau darah kodok dapat menyebabkan pembengkakan dalam tubuh, wajah pucat dan ejakulasi tak henti-henti sampai mati. Inilah sebabnya para dokter ragu untuk menggunakannya sebagai pengobatan karena berbahaya." Ada dua jenis kodok, yaitu kodok daratan dan kodok air. Sebagian kodok daratan beracun.

HURUF THA

56. *THIB* (MINYAK WANGI)

Rasulullah s.a.w bersabda, "Dari dunia kalian, yang kusukai adalah wanita dan minyak wangi, namun kesejukan mataku ada dalam shalat."

Rasulullah s.a.w sering menggunakan minyak wangi dan tidak menyukai bau-bauan busuk. Minyak wangi adalah santapan jiwa, yang merupakan mesin kekuatan tubuh. Karena itu, berbagai kekuatan dalam tubuh terpelihara berkat minyak wangi sebagaimana kekuatan-kekuatan tubuh terpelihara dengan mengonsumsi makanan dan minuman, merasakan kebahagiaan dan kegembiraan, dekat dengan orang-orang yang dicintai, menerima berita baik serta jauh dari para pendengki dan orang-orang yang tidak disukai. Bergaul dengan orang-orang yang tidak disukai dapat melemahkan kekuatan serta menyebabkan kesedihan, seperti efek-efek demam dan bau busuk yang menimpa tubuh. Inilah sebabnya para sahabat Rasul dilarang memiliki perilaku yang dapat mengganggu Rasulullah dan menjadikan mereka dibenci dan tidak disukai olehnya. Allah berfirman:

> *Apabila kalian diundang maka masuklah, dan apabila kalian telah selesai makan, bertebaranlan kalian dan janganlah kalian banyak bicara. Sesungguhnya hal itu akan mengganggu Nabi dan membuat Nabi merasa malu untuk menyuruh kalian keluar, namun Allah tidak malu untuk menjelaskan yang benar. (QS. Al-Ahzab: 53)*

Minyak wangi paling disukai oleh Rasulullah, pengaruhnya sangat baik bagi kesehatan dan menolak berbagai macam penyakit berikut gejalanya, karena kekuatan alamiah yang ada padanya.

57. *THIN* (TANAH LIAT)

Diriwayatkan dalam banyak hadits *maudhu'* yang berkaitan dengan tanah liat, yang tidak satu pun *shahih*, antara lain: "Barangsiapa memakan tanah liat, berarti telah membantu dirinya sendiri menuju kematian." Hadits lain berbunyi, "Hai Humaira! Janganlah engkau memakan tanah liat, karena tanah liat bisa menegangkan perut, menguningkan kulit dan menghilangkan kecerahan wajah."

Semua hadits yang berkenaan dengan tanah liat ini tidak *shahih*, tidak ada asalnya dari Rasulullah. Tapi tanah liat memang tidak bagus teksturnya, dapat menyumbat jalan darah, sifatnya dingin dan kering, mengandung unsur pengering yang kuat, menahan kelenturan otot perut, menyebabkan perdarahan dan mengakibatkan luka-luka pada bibir (sariawan).

58. *THALH* (PISANG)

Allah berfirman:

...dan pohon pisang yang bertumpuk-tumpuk. (QS. Al-Waqi'ah: 29)

Sebagian besar ahli tafsir mengatakan bahwa kata *thalh* dalam ayat di atas berarti pisang. Ada juga yang berpendapat bahwa *thalh* adalah sejenis pohon berduri yang masing-masing durinya berubah menjadi buah. Karena bersisir-sisir, maka menyerupai pisang. Pendapat yang disebut terakhir itu tampaknya lebih tepat. Disebutnya kata pisang oleh para ulama Salaf hanya untuk perumpamaan saja, bukan pengkhususan. *Wallahu a'lam.*

Pisang bersifat panas dan basah. Jenis pisang terbaik adalah pisang yang masak dan manis. Pisang membantu mengatasi gangguan di dada dan paru-paru, meredakan batuk dan mengobati luka ginjal serta kandung kencing, melancarkan buang air kecil, menambah produksi sperma, melembutkan otot perut dan membangkitkan gairah

seksual. Pisang seharusnya dikonsumsi sebelum mengonsumsi makanan utama. Pisang membahayakan perut serta menambah parah penyakit kuning dan lendir, tetapi memakan pisang dengan gula dan madu dapat mengurangi efek samping ini.

59. *THAL* (MAYANG)

Allah berfirman:

Dan pohon-pohon kurma yang pohonnya tinggi dan memiliki mayang bersusun. (QS. Qaf: 10).

Dan pohon-pohon kurma yang mayangnya lembut. (QS. Asy-Syu'ara: 148).

Mayang pohon kurma adalah buah yang baru tumbuh. Bagian kulitnya disebut *kufri*. Arti kata *nadhid* adalah bertumpuk-tumpuk atau bersisir-sisir. Disebut *nadhid* selama buah itu masih dalam kulitnya. Jika sudah terbuka kulitnya, tidak disebut *nadhid* lagi. Adapun kata *hadhiem* dalam ayat di atas adalah yang saling berkumpul satu dengan yang lain, artinya mirip *nadhid*, yaitu jika kulit pembungkusnya belum terbuka.

Ada dua jenis mayang: jantan dan betina. Proses reproduksi pohon kurma membutuhkan pemindahan serbuk sari, yang merupakan bibit jantan seperti bubuk halus untuk ditempatkan pada bibit betina. Proses ini dinamakan *ta'bir* (pengawinan).

Imam Muslim meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Talhah bin Ubaidillah berkata: "Saya bersama Rasulullah s.a.w melewati beberapa pohon kurma dan melihat beberapa orang melakukan *ta'bir*. Rasulullah s.a.w menanyakan apa yang sedang mereka lakukan. Mereka mengatakan sedang memindahkan bibit jantan dan menempatkannya pada bibit betina. Rasulullah s.a.w berkata, 'Saya kira proses ini tidak berguna.' Setelah mendengar perkataan Rasulullah, mereka meninggalkan pekerjaan itu dan pohon-pohon itu tidak mengalami reproduksi. Rasulullah kemudian mengatakan, 'Itu hanya perkiraan

saya saja. Jika *ta'bir* dapat membantu, maka lakukanlah. Aku hanya manusia sebagaimana kalian dan perkiraanku bisa benar atau salah. Namun, apa yang saya sampaikan kepada kalian dari Allah adalah benar. Saya tidak akan pernah mengucapkan kebohongan atas nama Allah.'"

Mayang menstimulasi produksi sperma dan menguatkan gairah seksual. Jika seorang wanita mengonsumsi bubuk mayang sebelum berhubungan seks, maka ia akan mudah hamil. Mayang pohon kurma bersifat dingin dan kering pada tingkatan kedua, menguatkan perut dan mengeringkannya, serta menenangkan darah yang bergejolak, namun sulit untuk dicerna.

Hanya orang-orang yang memiliki metabolisme panas yang memakan mayang. Orang-orang yang biasa makan mayang seharusnya menyertainya dengan mengonsumsi makanan manis. Mayang menimbulkan sembelit dan memperkuat usus, sebagaimana fungsi pati kurma, tunas serta putik kurma. Makan mayang dalam jumlah berlebihan dapat membahayakan perut dan dada, serta dapat menyebabkan mencret. Memakannya dengan mentega dan makanan manis dapat mengurangi efek samping ini.

HURUF 'AIN

60. '*INAB* (ANGGUR)

Dalam kitab *Al-Gailaniyyat* dari hadits Habib bin Yasar diriwayatkan dari Ibnu Abbas bahwa ia menceritakan, "Aku pernah melihat Rasulullah s.a.w menyantap anggur dengan kulitnya." Abu Ja'far Al-Aqibli berkata, "Hadits ini tidak ada asalnya." Penulis menegaskan: Memang dalam sanadnya terdapat Daud bin Abdul Jabbar Abu Sulaim Al-Kufi. Yahya menyatakan, "Ia seorang pendusta." Diriwayatkan juga dari Nabi s.a.w bahwa beliau suka makan anggur dan semangka."

Allah telah menyebutkan anggur di enam tempat dalam Al-Qur'an mengenai berbagai nikmat yang telah Dia limpahkan atas hamba-hamba-Nya di dunia dan akhirat. Anggur termasuk buah terbaik dan paling berkhasiat, anggur bisa dimakan segar, kering, hijau dan matang. Anggur merupakan buah-buahan bergizi serta berkhasiat sebagai obat dan minuman. Anggur menjadi buah sesungguhnya jika dikombinasikan dengan buah-buahan, menjadi makanan pokok jika digabungkan dengan makanan lain, menjadi lauk bila dikombinasikan dengan lauk lain, menjadi obat bila dicampur dengan obat lain dan menjadi minuman jika dicampur dengan minuman lain. Basah dan panas adalah karakter anggur sebagaimana biji-bijian lainnya. Jenis anggur terbaik adalah yang besar dan banyak jusnya, sedangkan anggur putih lebih baik daripada anggur hitam jika keduanya sama-sama manis. Memakan anggur segar dua atau tiga hari setelah dipanen lebih baik daripada langsung memakannya setelah dipanen, karena dapat menyebabkan diare dan masuk angin. Anggur dibiarkan pada batang tanamannya hingga kulitnya menjadi tipis. Anggur adalah sumber gizi yang baik, sebagaimana kismis dan buah ara. Anggur juga memperkuat tubuh.

Jika bijinya dibuang, anggur menjadi obat pencahar yang manjur. Anggur yang dimakan berlebihan menyebabkan sakit kepala, kecuali jika dimakan bersama buah delima. Anggur umumnya merupakan obat pencahar yang baik dan sumber gizi yang kaya. Ada tiga macam buah-buahan terbaik: anggur, kurma dan delima.

61. *'ASAL* (MADU)

Sebelumnya telah kami sebutkan berbagai khasiat madu. Ibnu Jurayj mengatakan bahwa az-Zuhri berkata, "Minumlah madu, karena madu baik untuk daya ingat." Jenis madu terbaik adalah madu yang putih, jernih, ringan dan manis. Madu yang diambil dari pohon dan daerah gunung lebih baik daripada madu yang tumbuh dalam sarang biasa. Kualitas madu beragam sesuai dengan wilayah tempat lebah berburu makanannya.

62. *'AJWAH* (KURMA AJWA).

Sa'd bin Abu Waqqas ra meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Barangsiapa makan tujuh buah kurma *'ajwah* di pagi hari tidak akan terkena racun atau sihir sepanjang hari itu." An-Nasa'i dan Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan hadits Jabir dan Abu Said bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Kurma '*ajwah* berasal dari surga, ia merupakan penangkal racun, dan jamur adalah sejenis *manna,* yang airnya merupakan obat mata."

Ada pendapat yang mengatakan bahwa hadits ini berbicara tentang kurma *'ajwah* Madinah khususnya. Jenis kurma ini termasuk terbaik di wilayah Hijaz. *'Ajwah*, kurma yang dikeringkan dan diperas, merupakan jenis kurma terbaik, memiliki kulit kokoh, paling lembut dan paling enak.

Kami telah menyebutkan berbagai khasiat kurma dan *tamr* ketika membahas huruf *ta'*. Kami juga telah menyebutkan khasiat *'ajwah* untuk mengobati racun dan menolak bahaya sihir.

63. '*ANBAR* (IKAN PAUS)

Kami telah menyebutkan hadits dalam *Shahihain* tentang Abu Ubaidah dan tentara muslim yang menemukan seekor ikan paus. Mereka memakannya selama setengah bulan. Mereka juga membawa sebagian dagingnya ke Madinah dan memberikan sebagiannya lagi kepada Rasulullah s.a.w. Hadits ini menunjukkan dibolehkannya kaum muslimin memakan apa saja yang berasal dari laut, meskipun yang berasal dari laut itu telah mati.

Sebagian orang mengatakan bahwa ikan paus itu terlempar ke pantai ketika masih hidup, dan setelah air laut surut, ikan paus itu mati. Jadi, ikan paus itu mati karena kekurangan air, bukan mati secara alamiah.

Pendapat ini tidak benar. Kenyataannya, para sahabat menemukan ikan paus itu sudah mati di tepi pantai. Mereka tidak melihatnya hidup, lalu air laut surut sehingga ia mati. Jika ikan paus itu masih hidup, laut tidak akan melemparnya ke pantai, karena laut biasanya melempar hewan-hewan mati ke pantai.

Seandainya pun klaim mereka tentang ikan paus itu benar, maka hal itu tidak akan mempengaruhi aturan kehalalannya. Rasulullah s.a.w melarang memakan hewan buruan jika hewan itu ditemukan mati di dalam air, karena ada keraguan apakah hewan itu mati karena tenggelam atau karena senjatanya.

Mengenai minyak *al-'Anbar*, yang merupakan sejenis minyak wangi, termasuk minyak wangi terbaik setelah kesturi. Sebagaimana orang lebih menyukai *'anbar* daripada kesturi. Padahal, Rasulullah s.a.w melukiskan kesturi sebagai, "Minyak wangi terbaik."

Nanti akan kami paparkan manfaat dan keistimewaan kesturi, yang merupakan minyak wangi surga. Tempat-tempat duduk di surga bagi orang-orang yang benar-benar beriman terbuat dari kesturi, bukan dari *'anbar*.

Orang yang menganggap *'anbar* lebih baik daripada kesturi tertipu

oleh fakta bahwa *'anbar* tidak rusak, sebagaimana emas. Fakta ini tidak menunjukkan bahwa *'anbar* lebih baik daripada kesturi.

Ada beberapa jenis *'anbar*: putih, abu-abu, merah, kuning, hijau, biru, hitam dan multiwarna. *'Anbar* terbaik berwarna abu-abu, kemudian biru, dan selanjutnya kuning; sedangkan *'anbar* hitam merupakan jenis terburuk.

Banyak orang berbeda pendapat mengenai asal-usul *'anbar*. Sebagian mengatakan bahwa unsur *'anbar* berasal dari tumbuhan di dasar laut yang dimakan reptil-reptil laut, kemudian reptil-reptil itu mengeluarkannya dalam bentuk kotoran yang selanjutnya terlempar di pantai. Sebagian lagi berpendapat bahwa *'anbar* merupakan sampah makhluk-makhluk laut yang menyerupai pupuk sapi. Sebagian orang mengatakan bahwa *'anbar* adalah buih yang dibuang laut ke pantai. Pengarang *al-Qanun* mengabaikan dua pendapat terakhir dan mengatakan bahwa mungkin *'anbar* berasal dari mata air di bawah laut.

'Anbar bersifat panas dan kering, berkhasiat menguatkan jantung, otak, dan indra. *'Anbar* juga menguatkan organ-organ tubuh dan membantu menyembuhkan *facial paralysis*, hemiplegia, penyakit-penyakit karena dahak, sakit perut dan masuk angin. *'Anbar* juga membantu membuka berbagai penyumbatan jika dioleskan di bagian luar tubuh atau diminum. Jika dihirup, *'anbar* dapat menyembuhkan gejala-gejala pilek, pusing, migren dan sejenisnya.

64. '*UD* (KAYU CENDANA)

Kayu cendana India ada dua macam, yaitu yang digunakan untuk obat, disebut *kis* atau *qusth* (kami akan membicarakan jenis ini di bawah huruf *qaf*) dan yang digunakan sebagai minyak wangi, dinamakan *al-uluwwah*.

Dalam *Shahih*-nya Imam Muslim meriwayatkan bahwa Ibnu Umar ra biasa membakar *al-uluwwah* bersama kapur barus untuk mengasapi rumah dan menyatakan bahwa Rasulullah s.a.w biasa melakukan hal

yang sama. Rasulullah melukiskan salah satu nikmat para penghuni surga, yaitu mengasapi ruangan dengan *al-uluwwah*.

Majamir adalah bentuk jamak dari kata *mujmar*, yakni kayu cendana dan sejenisnya yang digunakan untuk pengharum ruangan. Jenisnya bermacam-macam. Yang terbaik adalah kayu cendana India, kemudian kayu cendana Cina lalu kayu cendana Mandal. Jenis yang terbaik adalah yang berwarna hitam dan biru, keras, padat dan pekat. Yang kurang baik adalah yang ringan dan mengapung di atas air. Ada yang mengatakan bahwa kayu cendana adalah pohon yang ditebang lalu dipendam di dalam tanah dan pengurai tanah akan memakan bagian yang tidak berguna dari kayu itu, sehingga yang tersisa adalah kayu wangi yang tidak dapat dimakan tanah. Bagian kulitnya yang tidak wangi pun akan membusuk dan terkelupas.

Kayu cendana bersifat panas dan kering pada tingkatan ketiga, membuka penyumbatan-penyumbatan dan mengusir angin. Kayu cendana mengeringkan kelebihan kelembaban tubuh, memperkuat usus-usus serta menormalkan detak jantung. Kayu cendana juga baik untuk otak, mempertajam indra, menguatkan perut, membantu menyembuhkan *enuresis* dan mengobati *beser* (buang air kecil terus-menerus) akibat dinginnya kandung kencing.

Ibnu Samjun berkata, "Ada beberapa jenis kayu cendana, dan semua disebut *al-uluwwah*. Kayu cendana digunakan di dalam dan di luar tubuh, dibakar sendiri atau bersama bahan lainnya. Ada nilai medis tersendiri ketika kayu cendana dicampur dengan kapur barus, karena masing-masing melengkapi unsur yang lain. Membakar kayu cendana dapat membersihkan udara yang merupakan salah satu dari enam unsur penting bagi kesehatan tubuh. Udara bersih badan sehat"

65. '*ADAS* (KACANG ADAS)

Banyak hadits tidak *shahih* berkenaan dengan adas. Di antaranya adalah hadits berikut. "Dengan adas ini Allah telah mensucikan tujuh

puluh Nabi." Hadits lain menyebutkan, "Adas dapat melunakkan hati dan mempermudah seseorang meneteskan air mata. Adas adalah makanan orang-orang shaleh."

Yang paling tinggi derajatnya dan paling *shahih* berkenaan dengan adas adalah hadits berikut. "Adas adalah kesukaan orang-orang Yahudi, yang lebih menyukainya daripada *manna* dan burung-burung puyuh surga." Adas merupakan rumpun bawang putih dan bawang merah. Adas bersifat dingin dan kering, serta memiliki dua energi berlawanan, yang satu menimbulkan sembelit dan yang satunya lagi bekerja sebagai obat pencahar. Kulit adas bersifat panas dan kering pada tingkatan ketiga, agak pedas bagi perut. Manfaat adas terkonsentrasi pada kulitnya. Inilah sebabnya adas utuh lebih berkhasiat daripada adas yang ditumbuk karena isinya sulit dicerna.

Adas menambah cairan empedu dan sangat membahayakan melankolia serta memiliki efek terhadap saraf dan penglihatan.

Adas menyebabkan darah kental. Orang-orang yang kelebihan unsur hitam seharusnya tidak mengonsumsi adas, karena jika dikonsumsi secara berlebihan, adas akan menimbulkan obsesi, lepra, demam dan penyakit lain. Mengonsumsi adas dengan sayur rebus dan lemak dapat mengurangi efek sampingnya yang negatif. Orang tidak boleh mengonsumsi adas dengan makanan manis karena dapat menyebabkan penyumbatan pada lever. Kecanduan mengonsumsi adas dapat membahayakan penglihatan, karena adas sangat kering. Adas juga menyebabkan susah buang air kecil, pembengkakan dan angin duduk. Jenis adas terbaik adalah adas yang tebal dan putih karena lebih cepat dicerna.

Sebagian orang bodoh mengklaim bahwa Nabi Ibrahim as biasa menyuguhkan adas bagi para tamunya. Namun, Al-Qur'an menyebutkan bahwa Ibrahim as menjamu para tamunya dengan daging panggang (sate).

Al-Baihaqi meriwayatkan dari Ishaq bahwa ia menceritakan: Ibnul Mubarak pernah ditanya tentang hadits yang berkaitan dengan kacang

adas, "Kacang yang disucikan melalui lisan tujuh puluh Nabi." Dia berkata, "Tidak pernah diucapkan oleh seorang nabi pun. Justru adas itu kurang baik, menyebabkan masuk angin. Siapa yang menceritakan kepada kalian hadits tersebut?" Mereka menjawab, "Salm bin Salim." Dia bertanya lagi, "Dari siapa?" Mereka menjawab, "Katanya dari Anda." Dia berkata, "Dia bilang dariku pula?"

HURUF GHIN

66. *GHAITS* (HUJAN)

Hujan disebutkan dalam Al-Qur'an melalui beberapa ayat. Kata hujan lembut di telinga dan sangat menyenangkan bagi tubuh dan jiwa. Telinga senang mendengar kata hujan, sedangkan hati menghayati jatuhnya rintik hujan.

Air hujan adalah jenis air terbaik dan paling lembut, paling berkhasiat dan paling diberkati, terutama jika hujan turun disertai kilat dan guruh yang terhimpun di danau-danau pegunungan.

Air hujan lebih lembab daripada janis air lainnya karena segar dan tidak menetap di bumi untuk waktu lama, yang membuat air hujan akan memperoleh sebagian kekeringan tanah dan unsur-unsur berat. Inilah sebabnya air hujan mudah berubah, karena air hujan itu murni dan cepat reaksinya.

Ada dua pendapat mengenai kelembutan dan kekeringan air hujan: air hujan pada musim semi atau musim dinginkah yang lebih lembut dan lebih ringan? Orang-orang yang lebih menyukai air hujan musim dingin mengatakan, pada musim dingin, panas matahari berkurang dan karena itu menguapkan bagian-bagian air laut yang paling lembut. Di samping itu, udara musim dingin bersih dan tidak berdebu sehingga hujan tidak terpolusi. Karena itu, air hujan tidak akan melarutkan unsur-unsur kotor sewaktu jatuh, dan inilah sebabnya air hujan musim dingin lebih lembut dan lebih ringan.

Orang-orang yang lebih menyukai air hujan musim semi mengatakan bahwa panas matahari pada musim semi berkurang, dan dengan demikian menguapkan zat-zat berat yang terkandung dalam udara sehingga membuat udara lebih ringan dan lebih bersih.

Air hujan menjadi lebih ringan dan lebih lembut, tanaman dan udara siap menerima curah hujan.

Asy-Syafii meriwayatkan bahwa Anas bin Malik ra berkata, "Pernah kami bersama Rasulullah s.a.w ketika hujan turun. Beliau s.a.w menanggalkan pakaian luarnya hingga hujan jatuh menimpa beliau. Beliau berkata, 'Sesungguhnya hujan baru saja datang dari Tuhannya.'"

Kami telah menyebutkan cara Rasulullah meminta hujan kepada Allah dan bagaimana beliau mengambil berkah yang Allah limpahkan dalam hujan ketika hujan itu turun pertama kali.

HURUF FAA

67. FATIHAH (SURAH AL-FATIHAH)

Surah Fatihah merupakan induk Al-Qur'an (*Ummul Quran*), tujuh ayat yang diwahyukan kepada Rasulullah s.a.w dan sering dibaca, penyembuh final dan obat berkhasiat yang mengandung ruqyah yang sempurna. Fatihah merupakan kunci untuk meraih kekayaan, kesuksesan dan kekuatan. Fatihah menghilangkan kesedihan, kecemasan dan ketakutan. Hanya orang yang menghargai nilainya dan memberikan perhatian penuh pada surah ini, dan membacanya dengan tartil untuk mengetahui rahasia nilainya sebagai obat dan perawatan yang akan memperoleh khasiat seperti itu.

Salah seorang sahabat menyingkap rahasia Fatihah ketika ia menggunakannya sebagai ruqyah untuk mengobati sengatan binatang berbisa. Orang yang terserang itu sembuh dan Rasulullah s.a.w bertanya kepada sahabat itu, "Bagaimana engkau mengetahui bahwa Fatihah itu obat?"

Mereka adalah orang-orang yang dapat menyingkap beberapa rahasia Fatihah dan nilai tauhid yang dikandungnya, mengenal Allah beserta nama-nama, sifat-sifat, perbuatan-perbuatan dan keputusan-keputusan-Nya. Mereka adalah orang-orang yang mengetahui rahasia kandungan surah Fatihah yang menegaskan agama, takdir, kebangkitan, tauhid Uluhiyyah dan Rububiyah, tawakal kepada-Nya yang memiliki segala urusan, segala pujian dan segala yang suci, dan kepada Dia-lah segala sesuatu pasti kembali. Mereka adalah orang-orang yang taat kepada Allah, memohon hidayah yang merupakan dasar dari kebahagiaan di dunia dan akhirat. Orang-orang itu juga mengetahui hubungan di antara makna-makna yang terkandung

dalam Fatihah dan berusaha meraih kebaikan dan menolak kerugian dunia akhirat. Mereka memahami bahwa kesejahteraan utama mereka dan karunia Allah yang sempurna semuanya berhubungan dengan pengamalan makna-makna ini. Mereka mampu menggunakan Fatihah sebagai pengganti obat-obatan dan sebagai ruqyah, serta akan menggunakannya untuk membuka pintu-pintu kebaikan dan menutup pintu-pintu kejahatan.

Memahami Fatihah membutuhkan fitrah baru, hati baru dan keimanan baru. Demi Allah! Anda tidak akan menemukan pernyataan jahat apa pun, bentuk syirik apa pun, kecuali Fatihah pasti mengandung apa yang membantahnya dan menolaknya melalui cara terbaik, paling benar dan paling langsung. Anda tak akan menemukan pintu yang menuntun Anda untuk memperoleh pengetahuan ilahiah, petunjuk yang benar tentang hati dan obat dari jiwa melawan penyakit-penyakitnya kecuali Fatihah pasti memiliki kunci dan metode terbaik untuk menggunakannya. Anda tidak akan menemukan jalan yang dilalui orang-orang yang mencari Tuhan alam semesta, kecuali Anda akan menemukan awal dan akhirnya di dalam Fatihah.

Demi Allah! Fatihah jauh lebih agung dan tinggi daripada apa yang telah kami tekankan. Seorang hamba yang memegang teguh Fatihah, memahaminya dengan cara yang tepat, mengandalkannya sebagai obat, perisai, imunitas sempurna dan sebagai cahaya hidayah, memahami implikasi-implikasinya sebagaimana harus dipahami, tidak akan jatuh ke dalam syirik atau menderita penyakit hati kecuali sesaat saja!

Fatihah merupakan kunci untuk membuka perbendaharaan dunia dan akhirat. Namun, tidak setiap orang mengetahui cara menggunakan kunci ini untuk bisa mendapatkan perbendaharaan-perbendaharaan tersebut. Jika orang-orang yang mencari perbendaharaan tersebut dapat membeberkan rahasia surah ini (dalam al-Qur'an) dan mengetahui implikasi-implikasinya, mereka dapat menggunakan kunci tersebut untuk membuka perbendaharaan-perbendaharaan tersebut.

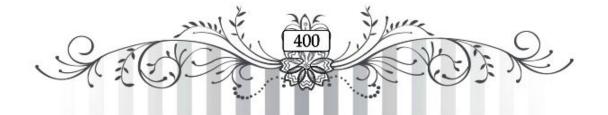
Kami meyakini pernyataan-pernyataan ini, karena pernyataan-pernyataan itu benar. Allah Maha Bijak dalam menyembunyikan rahasia al-Fatihah dari hati kebanyakan manusia, sebagaimana Dia Maha Bijak dalam menyembunyikan harta karun bumi dari mereka.

Harta karun yang tersembunyi di dalam bumi dijaga oleh setan-setan yang berdiri menghalangi umat manusia dari harta itu. Hanya jiwa-jiwa mulia yang akan mampu mengalahkan setan-setan ini dengan keimanan yang benar, yang merupakan senjata yang tak sanggup dilawan setan. Namun, kebanyakan manusia bukanlah dari jenis ini. Karena itu, mereka tak sanggup mengalahkan makhluk-makhluk halus untuk menguasai miliknya karena, "Siapa saja yang membunuh musuh, ia berhak mendapatkan rampasannya."

68. *FAGHIYAH* (BUNGA INAI)

Faghiyah, bunga inai, merupakan salah satu jenis minyak wangi terbaik. Al-Baihaqi meriwayatkan dalam kitab *Syu'abul Iman* dari hadits Abdullah bin Buraidah, dari ayahnya secara *marfu'*, "Bunga inai adalah rajanya bunga-bungaan di dunia dan di akhirat."

Diriwayatkan dari Anas bin Malik ra bahwa ia menceritakan, "Bunga yang paling disukai oleh Rasulullah adalah bunga inai." Kami tidak mengetahui kondisi kedua hadits ini. Kami tentunya tidak akan menjadikannya sebagai dalil dengan mengatakannya sebagai hadits Nabi s.a.w tanpa mengetahui keabsahannya.

Bungai inai bersifat stabil, antara panas dan keringnya, serta memiliki sedikit perekat. Jika diletakkan di antara pakaian wol yang dilipat, bunga ini dapat melindungi pakaian tersebut dari jamur dan serangga-serangga parasit. *Faghiyah* dapat digunakan sebagai campuran balsam gosok, sedangkan minyaknya dapat membantu organ-organ tubuh dan melemaskan saraf.

69. *FIDHDHAH* (PERAK)

Ada sebuah riwayat *shahih* yang menyatakan, "Sesungguhnya Rasulullah memiliki cincin dengan mata cincin perak. Juga, ujung gagang pedangnya terbuat dari perak."

Tidak seperti larangan minum dalam cawan perak, tak ada riwayat *shahih* yang melarang memakai perak. Kategori cawan lebih spesifik daripada kategori pakaian dan perhiasan. Karena itu, kaum wanita dibolehkan memakai semua jenis pakaian dan perhiasan, tapi ada wadah spesifik untuk makanan dan minuman yang haram digunakan, yaitu yang terbuat dari emas dan perak. Karena itu, larangan menggunakan jenis wadah tertentu tidak harus berlaku bagi pakaian dan perhiasan. Dalam *Sunan* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Mengenai perak, bermainlah dengannya sebagaimana kalian inginkan."

Larangan membutuhkan teks-teks spesifik dari Al-Qur'an, Hadits atau *ijma'* ulama agar hati manusia menerimanya dengan mantap. Pernah Rasulullah s.a.w menggenggam emas dalam satu tangannya dan perak dalam tangan lainnya sambil berkata, "Keduanya haram bagi kaum lelaki umatku, namun halal bagi kaum wanitanya."

Perak adalah salah satu keajaiban yang diciptakan Allah di bumi ini. Perak adalah kunci untuk memenuhi kebutuhan dan kedudukan agung seseorang di antara para penghuni bumi. Orang-orang yang memiliki perak terhormat dalam pandangan manusia dan mulia dalam hati mereka, sehingga para pemilik perak dibolehkan menduduki pimpinan pertemuan dan dibukakan semua pintu di hadapan mereka. Manusia tidak merasa bosan membicarakan perak dan keberadaan perak tidak akan memberatkan. Jari-jari manusia menunjuk perak, sedangkan mata manusia memandang perak penuh kekaguman. Jika pemilik perak berbicara, manusia mendengarkan dan jika mereka melakukan intervensi, upaya mereka akan diterima. Jika memberikan kesaksian, maka kesaksian mereka akan diterima, dan

jika menyampaikan pidato, mereka tidak akan dipersalahkan karena tidak kompeten. Bahkan rambut putih mereka akan dianggap lebih muda daripada kemudaannya sendiri!

Perak termasuk jenis obat yang membawa kebahagiaan bagi hati manusia, menghilangkan kesedihan, mengobati kelemahan jantung, mengeluarkan zat-zat berbahaya yang masuk ke jantung, terutama jika dicampur dengan madu murni dan *za'faron*.

Perak bersifat dingin dan kering, namun juga menghasilkan panas dan basah. Ada empat jenis taman yang telah Allah siapkan bagi hamba-hamba-Nya yang taat ketika mereka bertemu dengan-Nya: dua taman terbuat dari emas dan dua lagi terbuat dari perak, meliputi semua wadahnya, perhiasan dan apa pun yang ada di dalamnya.

Dalam *Shahih* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Orang yang minum dari cawan emas dan perak sesungguhnya sedang mendorong api neraka memasuki perutnya sendiri." Nabi s.a.w juga bersabda, "Janganlah minum dari cawan emas dan perak. Karena sesungguhnya keduanya adalah milik kaum kafir di dunia, dan milik kalian di akhirat."

Sebagian orang berpendapat bahwa alasan diharamkannya penggunaan wadah emas dan perak adalah karena dapat mempersempit fungsi uang. Mereka mengatakan bahwa jika manusia menggunakan perak dan emas sebagai wadah, maka kemaslahatan umat manusia tidak akan terpenuhi dengan baik. Sebagian orang mengatakan bahwa wadah emas dan perak diharamkan karena dapat membangkitkan sifat sombong orang yang menggunakannya, atau agar orang-orang miskin tidak terhina bila mereka melihat benda-benda itu, dan sebagainya. Pendapat-pendapat itu tidak masuk akal.

Jika alasannya karena mempersempit fungsi uang, maka pemakaian perhiasan emas dan perak serta barang-barang rotan mestinya juga diharamkan. sedangkan keangkuhan dan kesombongan diharamkan menyangkut segala sesuatu. Membuat orang miskin merasa terhina bukanlah alasan yang tepat karena mereka juga dapat

terhina ketika melihat rumah-rumah mewah, taman-taman luas, mobil mewah dan makanan-makanan lezat. Kenyataannya, semua hal ini dibolehkan.

Alasan yang benar untuk larangan tersebut—*wallahu a'lam*—adalah karena menggunakan cawan emas dan perak mempengaruhi hati sedemikian rupa sehingga bertentangan dengan penghambaan sejati kepada Allah. Inilah sebabnya Rasulullah s.a.w mengatakan bahwa emas dan perak itu milik orang-orang kafir di dunia ini, karena orang-orang kafir tidak memiliki bagian dalam penghambaan sejati kepada Allah sehingga mereka tidak memperoleh ganjaran di akhirat. Hamba-hamba Allah tidak seharusnya menggunakan benda-benda tersebut melalui cara ini. Hanya orang-orang yang tidak mengenal penghambaan kepada Allah-lah yang menggunakan emas dan perak sebagai tempat makan dan minum. Mereka lebih menyukai kehidupan dunia ini daripada kehidupan akhirat. *Wallahu a'lam!*

HURUF QAF

70. QUR'AN (KITAB AL-QURAN)

Allah berfirman:

Dan Kami menurunkan dari Al-Qur'an itu apa yang merupakan obat dan rahmat bagi orang-orang beriman.(QS. Al-Isra': 82).

Dia juga berfirman:

Wahai manusia, telah datang kepada kalian nasihat yang baik dari Tuhan kalian (yaitu Al-Qur'an, yang menyuruh berbuat baik dan melarang berbuat mungkar), dan obat bagi apa yang ada dalam dada kalian.(QS. Yunus: 57)

Al-Qur'an adalah obat utama bagi semua jenis penyakit jasmani dan rohani, juga obat bagi semua musibah kehidupan dunia dan akhirat. Namun, tidak semua orang berkeahlian dan diberi taufik untuk dapat menjadikan al-Qur'an sebagai obat.

Jika orang sakit dapat menggunakan pengobatan yang terkandung dalam Al-Qur'an dan mengaplikasikannya pada penyakitnya dengan penuh keimanan, keikhlasan dan keyakinan sempurna, di samping melaksanakan petunjuk-petunjuk yang perlu, maka tak ada penyakit yang kuasa melawan pengobatan tersebut.

Bagaimana suatu penyakit dapat menantang firman-firman Tuhan Pemilik langit dan bumi, yang seandainya diwahyukan kepada gunung maka gunung itu akan hancur lebur. Seandainya Al-Qur'an diwahyukan kepada bumi, maka bumi akan retak. Tak ada penyakit yang menyerang tubuh atau hati, kecuali ada obatnya dalam Al-Qur'an. Kitab suci ini dapat memberikan kekebalan terhadap penyakit, yaitu bagi siapa saja yang telah diberi taufik untuk memahami kitab-Nya.

Kami telah menyatakan di awal buku ini bahwa Al-Qur'an mengandung aspek-aspek utama ilmu pengobatan: menjaga kesehatan, diet dan mengeluarkan zat-zat berbahaya. Mengenai penyakit hati, Al-Qur'an menyebutkan secara rinci dan mengarahkan manusia pada obat-obatan untuk menyembuhkannya. Allah berfirman:

> *Tidakkah cukup bagi mereka bahwa Kami telah menurunkan kepadamu Kitab yang dibacakan kepada mereka? (QS. Al-'Ankabut: 51)*

Allah tidak akan menyembuhkan orang-orang yang Al-Qur'an tidak menyembuhkan mereka, dan Allah tidak akan membantu orang-orang yang Al-Quran tidak membantu mereka.

71. *QITSTSA* (MENTIMUN)

At-Tirmidzi dalam *Sunan*-nya meriwayatkan bahwa Abdullah bin Ja'far berkata, "Sesungguhnya Rasulullah s.a.w memakan mentimun dengan kurma masak." Mentimun bersifat dingin dan basah pada tingkatan kedua, serta meredam panas dalam perut. Mentimun tidak cepat membusuk dan membantu menyembuhkan penyakit kandung kencing. Mentimun meredakan rasa pening, sedangkan bijinya melancarkan buang air kecil. Daun mentimun yang digunakan sebagai pembalut dapat membantu mengatasi gigitan anjing.

Mentimun tidak mudah dicerna, dingin dan kadang-kadang berbahaya bagi perut. Karena itu, orang harus memakan mentimun dengan sesuatu yang dapat mengatasi unsur dingin dan basahnya, sebagaimana Rasulullah melakukannya dengan memakannya bersama kurma masak. Makan mentimun dengan kismis atau madu membuatnya lebih ringan di perut.

72. *QUST* ATAU *KUST* (CENDANA LAUT).

Dalam *Shahihain* diceritakan Anas ra meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Pengobatan yang terbaik bagi kalian

adalah berbekam dan cendana laut." Imam Ahmad meriwayatkan dalam *Musnad*-nya dari hadits Ummu Qais bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Hendaklah kalian menggunakan cendana India ini, karena ia mengandung tujuh jenis obat, di antaranya obat untuk sakit pinggang."

Ada dua jenis cendana: jenis putih yang dinamakan cendana laut dan cendana India. Cendana India adalah jenis yang paling panas, sedangkan jenis putih adalah yang paling ringan. Kedua jenis itu memiliki banyak khasiat.

Baik cendana laut maupun cendana India bersifat panas dan kering pada tingkatan ketiga. Keduanya dapat membersihkan lendir dan mengobati pilek. Jika diminum, cendana dapat membantu lever dan perut yang lemah serta suhu dingin pada kedua organ itu. Cendana juga membantu mengatasi demam, sakit pinggang dan keracunan. Jika wajah dibalur dengan cendana yang diadon dengan air dan madu, adonan ini dapat menyembuhkan noda-noda di wajah. Galineus mengatakan, "Cendana dapat menyembuhkan tetanus, sakit pinggang dan membunuh virus lepra."

Sebagian dokter yang kurang wawasan tidak mengetahui dan mengingkari cendana sebagai obat untuk sakit pinggang. Seandainya mereka menyadari perkataan Galineus tentang cendana, mereka akan menerimanya seolah-olah merupakan teks ilahiah. Sebagian dokter juga menyatakan bahwa cendana dapat mengobati rasa sakit di pinggang yang disertai lendir, sebagaimana diriwayatkan al-Khattabi dari Muhammad bin al-Jahm.

Perbedaan antara obat-obatan Rasulullah dengan obat-obatan para dokter, jauh lebih besar daripada perbedaan antara pengobatan modern dengan pengobatan tradisional. Apa yang didapat dari wahyu ilahi, jika dibandingkan dengan apa yang diperoleh dari eksperimen, jauh lebih besar daripada perbedaan di antara tuan yang mulia dengan budak yang hina. Jika dokter kurang ilmu yang mengabaikan pengobatan Rasulullah itu mendapatkan obat yang diresepkan oleh dokter-dokter Yahudi, Kristen dan musyrik, mereka akan menerimanya begitu saja.

Kita tak dapat menyangkal bahwa kebiasaan memiliki peranan dalam menjadikan obat manjur atau gagal. Orang-orang yang terbiasa dengan makanan dan obat tertentu akan mendapat manfaat dari makanan dan obat tersebut melebihi orang-orang yang tidak terbiasa dengannya. Orang-orang yang tidak terbiasa kadang tidak mendapat manfaat sama sekali.

Pernyataan-pernyataan para ahli kesehatan tidak berlaku dalam semua keadaan dan tempat. Sifat spesifik ini tidak mengurangi derajat pengetahuan mereka. Hal yang sama berlaku untuk pernyataan-pernyataan para Rasul. Namun, hati manusia memang memiliki derajat kejahilan dan kezaliman tertentu, kecuali orang-orang yang telah dianugerahi Allah dengan cahaya keimanan dan petunjuk yang benar.

73. *QASHAB AS-SUKKAR* (TEBU)

Diriwayatkan dalam sebagian lafal hadits *shahih* berkenaan dengan *Al-Haudh,* "Artinya lebih manis daripada gula." Penulis hanya mengetahui lafal 'gula' dalam hadits pada riwayat ini saja.

Gula merupakan barang yang relatif baru yang tidak dikenal orang-orang dahulu, bahkan mereka tak tahu kalau gula itu ada. Itulah sebabnya mereka tidak melukiskan peranan gula dalam berbagai jenis minuman atau obat. Sebaliknya, madu secara luas telah digunakan baik sebagai minuman ataupun obat.

Tebu bersifat panas dan basah, meredakan batuk dan membersihkan lendir, kandung kencing dan kerongkongan. Tebu lebih efektif sebagai obat pencahar daripada gula. Tebu juga membantu muntah, melancarkan buang air kecil dan menstimulasi produksi sperma.

Affan bin Muslim as-Saggar berkata, "Barangsiapa mengisap tebu setelah makan akan menemukan kegembiraan sepanjang harinya." Tebu yang dipanggang dapat menghilangkan gangguan tenggorokan dan dada. Namun, tebu menimbulkan angin yang dapat diredakan bila tebu dikupas dan dicuci dalam air panas.

Adapun gula tebu mempunyai sifat panas dan basah. Jenis gula terbaik adalah gula yang kristalnya putih, terutama bila gula itu gula lama. Gula yang dididihkan dapat menghilangkan dahaga dan meredakan batuk. Tebu tidak baik bagi lambung yang menghasilkan enzim untuk proses metabolisme. Efek samping tebu dapat diredakan dengan jalan mencampurnya dengan jus jeruk, jeruk pahit dan delima *laffa*.

Sebagian orang lebih menyukai tebu daripada madu, karena tebu tidak sepanas madu dan lebih ringan bagi perut. Ini tidak benar karena madu jauh lebih baik daripada tebu. Allah menjadikan madu sebagai obat dan manisan. Jadi, bagaimana mungkin orang dapat membandingkan manfaat madu dan tebu? Madu memperkuat perut, melunakkan kotoran, memperkuat penglihatan, menyembuhkan dipteria ketika berkumur serta menyembuhkan *facial paralysis* dan *hemiplegia*. Madu juga mengobati segala macam penyakit pilek yang terjadi akibat kelembaban yang berlebihan. Madu mengeluarkan kelebihan kelembaban dari tubuh, menjaga kesehatan, meningkatkan produksi sperma serta membersihkan dan mendekomposisi isi perut. Madu membersihkan usus, mengobati penyakit cacing dan mencegah 'kelolodan' akibat makan berlebihan. Madu merupakan lauk yang baik dan cocok bagi orang yang kelebihan lendir dan orang tua. Tak ada zat yang lebih berkhasiat bagi tubuh selain madu. Masih banyak khasiat madu lainnya. Maka, bagaimana mungkin orang dapat membandingkannya dengan tebu, yang tidak memiliki khasiat sebanyak yang dikandung madu?

HURUF KAF

74. KITAB (RAJAH/RUQYAH TERTULIS)

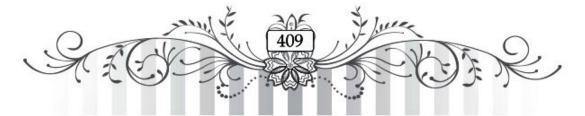
A. Ruqyah untuk demam

Al-Marwazi berkata, Abu Abdullah (Imam Ahmad bin Hanbal) diberitahu bahwa saya menderita demam dan ia menulis untukku sebuah doa untuk demam yang berbunyi:

> *Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang. Dengan nama Allah dan bergantung kepada Allah:*
>
> *Kami (Allah) katakan, "Wahai Api, jadilah engkau dingin dan keselamatan atas Ibrahim." Mereka ingin mencelakakannya, namun Kami menjadikan mereka sebagai orang-orang yang paling merugi. (QS. Al-Anbiya: 69-70)*

Ya, Allah! Tuhannya Jibril, Mikail dan Israfil, sembuhkanlah orang ini melalui doa ini dengan kekuasaan, kekuatan dan keperkasaan-Mu, wahai Tuhan semesta alam. Amin.

Al-Marwazi berkata bahwa Abu Ja'far Muhammad bin Ali ditanya tentang hukum mengalungkan ruqyah. Ia berkata, "Jika berasal dari Kitabullah atau ucapan Nabi, maka pakai dan pergunakanlah sebagai obat sebanyak mungkin." Abu Abdullah mendengarkan riwayat ini dan al-Marwazi berkata, "Haruskah saya menulis ruqyah bagi demam, 'Dengan nama Allah dan dengan pertolongan Muhammad Rasulullah?' Imam Ahmad berkata, "Ya."

Imam Ahmad mengatakan bahwa Aisyah ra dan para sahabat lain menyetujui praktik ini. Harb menambahkan bahwa Imam Ahmad juga menyetujui praktik ini, meskipun ia meriwayatkan bahwa Ibnu Mas'ud

sangat tidak menyukainya.

Imam Ahmad tidak berkeberatan ketika ditanya tentang memakai kalung rajah setelah tertimpa suatu musibah. Al-Khallal juga meriwayatkan bahwa Abdullah bin Ahmad memberitahukan bahwa ayahnya biasa menulis beberapa doa dalam kalung rajah untuk orang-orang yang memiliki ketakutan dan untuk demam setelah kena musibah.

B. Ruqyah untuk sulit melahirkan

Al-Khallal meriwayatkan bahwa Abdullah bin Ahmad mengatakan bahwa ayahnya menulis rajah pada sebuah kendi keramik berwarna putih untuk para wanita yang sulit melahirkan. Dalam rajah itu, Ahmad menulis hadits yang diriwayatkan oleh Ibnu Abbas:

لاَ إِلَـــهَ إِلاَّ اللَّـــهُ الْحَلِيْمُ الْكَرِيْمُ، سُبْحَانَ اللهِ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيْمِ، ٱلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ ٱلْعَٰلَمِينَ ﴿٢﴾ — كَأَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَهَا لَمْ يَلْبَثُوٓا۟ إِلَّا عَشِيَّةً أَوْ ضُحَىٰهَا ﴿٤٦﴾ — كَأَنَّهُمْ يَوْمَ يَرَوْنَ مَا يُوعَدُونَ لَمْ يَلْبَثُوٓا۟ إِلَّا سَاعَةً مِّن نَّهَارٍۭ ۚ بَلَٰغٌ ۚ فَهَلْ يُهْلَكُ إِلَّا ٱلْقَوْمُ ٱلْفَٰسِقُونَ ﴿٣٥﴾

"Tak ada Tuhan yang layak disembah selain Allah Yang Maha Besar dan Maha Pemurah. Segala puji bagi Allah, Tuhan Pemilik singgasana agung."

Segala puji bagi Allah, Tuhan semesta alam (manusia, jin dan semua yang ada).

Seolah-olah mereka tidak tinggal di dunia kecuali sementara saja di waktu sore atau pagi hari. (QS. An-Nazi'at: 46)

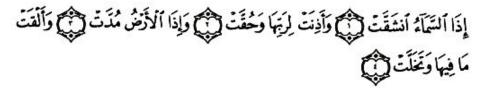
Mereka melihat adzab yang dijanjikan kepada mereka, merasa seolah-olah tidak tinggal di dunia kecuali sesaat pada siang hari.

Inilah suatu pelajaran yang cukup, maka tidak dibinasakan kecuali orang-orang yang fasik. (QS. Al-Ahqaf: 35)

Al-Khallal mengatakan bahwa seorang lelaki mendatangi Abu Abdullah dan memintanya untuk menulis rajah bagi seorang wanita yang sulit melahirkan selama dua hari. Imam Ahmad meminta lelaki itu untuk membawa sebuah baskom besar dengan *za'faron* dan menulis rajah untuk istri lelaki itu dan rajah yang sama untuk beberapa orang lain.

Diberitakan Ikrimah meriwayatkan bahwa Ibnu Abbas ra berkata, "Nabi Isa as pernah melewati seekor sapi yang sedang sulit melahirkan. Sapi itu berkata kepada Isa as, 'Wahai Kalimatullah, mohonkanlah kepada Allah untuk meringankan apa yang sedang aku derita.' Isa as berkata: *'Wahai Maha Pencipta jiwa dari jiwa lainnya, Yang menghidupkan suatu jiwa dari dalam jiwa lain, ringankanlah ia.'* Sapi itu kemudian melahirkan dan langsung mencium anak yang baru dilahirkannya." Ibnu Abbas kemudian berkata, "Karena itu, jika seorang wanita sulit melahirkan, tulislah dan bacakan doa ini untuknya."

Semua jenis ruqyah yang kami sebutkan sangat berkhasiat, insya Allah. Beberapa ulama salaf membolehkan menulis Al-Qur'an dan meminum airnya sebagai obat.

C. Ruqyah atau rajah lain untuk wanita hamil:

Apabila langit terbelah. Mendengarkan dan taat kepada Tuhannya dan sudah sepantasnya langit itu taat. Apabila bumi diratakan, memuntahkan apa yang ada di dalamnya dan menjadi kosong. (QS. Al-Insyiqaq: 1-4)

Kemudian wanita hamil meminum airnya dan memercikkan sebagian airnya di atas perutnya.

D. Ruqyah untuk mimisan

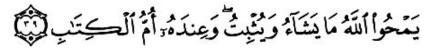
Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah biasa menulis ayat berikut di atas dahinya:

وَقِيلَ يَـٰٓأَرْضُ ٱبْلَعِى مَآءَكِ وَيَـٰسَمَآءُ أَقْلِعِى وَغِيضَ ٱلْمَآءُ وَقُضِىَ ٱلْأَمْرُ

Dan difirmankan, "Wahai bumi, telanlah airmu dan wahai langit (hujan) berhentilah maka surutlah air dan perintah (Allah) terpenuhi (yaitu kehancuran umat Nuh)." (QS. Hud: 44)

Saya juga pernah mendengar dia mengatakan, "Saya menulis rajah ini untuk beberapa orang dan mereka menjadi sembuh." Ia juga berkata (tentang ayat tersebut), "Tidak dibolehkan menulis rajah ini dengan darah mimisan sebagaimana yang dilakukan sebagian orang bodoh, karena darah itu najis dan orang tidak boleh menggunakannya untuk menulis kalamullah."

E. Rajah Lain untuk mimisan

Diberitakan bahwa Nabi Musa as pernah keluar mengenakan pakaian luar, kemudian ia menderita mimisan, lalu menutup hidungnya dengan pakaiannya sambil membaca:

Allah menghapus apa yang Dia kehendaki dan menetapkan (apa yang Dia kehendaki) dan di sisi-Nya ada induk kitab (Lauh Mahfuz). (QS. Ar-Ra'd: 39)

F. Rajah untuk tetanus

Tulislah ayat berikut untuk mengobati tetanus:

فَأَصَابَهَآ إِعۡصَارٌ فِيهِ نَارٌ فَٱحۡتَرَقَتۡۗ

Maka kebun itu ditiup angin topan yang mengandung api, hingga terbakarlah, (QS. Al-Baqarah: 266)

Dengan daya dan kekuatan Allah.

G. Rajah Lain untuk Tetanus

Jika matahari mulai berwarna kuning, tuliskan ayat di bawah ini untuk menyembuhkan tetanus:

يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَءَامِنُواْ بِرَسُولِهِۦ يُؤۡتِكُمۡ كِفۡلَيۡنِ مِن رَّحۡمَتِهِۦ وَيَجۡعَل لَّكُمۡ نُورٗا تَمۡشُونَ بِهِۦ وَيَغۡفِرۡ لَكُمۡۚ وَٱللَّهُ غَفُورٞ رَّحِيمٞ ﴿٢٨﴾

Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan berimanlah kepada Rasul-Nya, niscaya Dia akan memberikan kepada kalian dua bagian rahmat-Nya, menjadikan bagi kalian cahaya yang dengannya kalian berjalan (lurus), dan mengampuni kalian. Dan, Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang. (QS. Al-Hadid: 28)

H. Rajah untuk mengobati demam tiga hari

Untuk menyembuhkan demam tiga hari, tulis di atas tiga lembar kertas yang terpisah bacaan: *Bismillah Farrat, Bismillah Marrat, Bismillah Qallat.* (Dengan nama Allah, demam hilang. Dengan nama Allah, demam menjadi reda. Dengan nama Allah, demam telah berkurang).

Setiap hari, sewaktu demam berlangsung, telanlah kertas beruliskan rajah itu dengan bantuan air.

I. Rajah untuk mengobati encok

Untuk menyembuhkan encok pangkal paha, orang harus menulis:

بِسْمِ اللهِ الرَّحْمَـــنِ الرَّحِيْمِ، اَللّٰهُمَّ رَبَّ كُلِّ شَيْءٍ، وَمَلِيْكَ كُلِّ شَيْءٍ، وَخَالِقَ كُلِّ شَيْءٍ، أَنْتَ خَلَقْتَنِي، وَأَنْتَ خَلَقْتَ عِــرْقَ النَّسَا فِيَّ، فَلاَ تُسَلِّطْهُ عَلَيَّ بِأَذًى، وَلاَ تُسَلِّطْنِى عَلَيْهِ بِقَطْـــعٍ. وَاشْفِنِى شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا، لاَ شَافِيَ إِلاَّ أَنْتَ.

Dengan Nama Allah. Ya, Allah, Tuhan segala sesuatu dan Maha Pencipta segala sesuatu! Engkau telah menciptakan aku saraf pangkal paha. Janganlah memberinya kekuatan mengungguli aku dan jangan biarkan aku memotongnya. Sembuhkanlah aku secara sempurna dan hilangkanlah penyakitku. Tak ada yang dapat menyembuhkan selain Engkau.

J. Rajah untuk mengobati salah urat

At-Tirmidzi meriwayatkan dalam *Jami'*-nya bahwa Ibnu Abbas ra mengatakan bahwa Rasulullah s.a.w biasa mengajarkan kepada mereka ruqyah untuk mengatasi demam dan berbagai penyakit:

بِسْمِ اللهِ الْكَبِيْرِ، أَعُوْذُبِاللهِ الْعَظِيْمِ، مِنْ شَرِّ عِرْقٍ نَعَّارٍ، وَمِنْ شَرِّ حَرِّ النَّارِ.

Dengan nama Allah yang Maha Besar, aku berlindung kepada Allah Yang Maha Agung dari kejahatan penyakit salah urat dan dari keburukan panasnya api.

K. Rajah untuk sakit gigi

Untuk mengobati sakit gigi, tuliskan kalimat berikut ini di pipi yang berdekatan dengan gigi yang sakit:

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِيْمِ قُلْ هُوَ الَّذِي أَنشَأَكُمْ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلاً مَّا تَشْكُرُونَ.

Dengan Nama Allah Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, Katakanlah, "Dialah yang menciptakan bagi kalian pendengaran, penglihatan, dan hati. Tetapi amat sedikit kalian bersyukur. (QS. Al-Mu'minun: 78)

Atau ayat ini:

۞ وَلَهُۥ مَا سَكَنَ فِي ٱلَّيۡلِ وَٱلنَّهَارِۚ وَهُوَ ٱلسَّمِيعُ ٱلۡعَلِيمُ ﴿١٣﴾

Dia memiliki apa yang ada pada malam dan siang hari, dan Dialah Yang Maha Mendengar dan Maha Mengetahui. (QS. Al-An'am: 13)

L. Rajah untuk sakit bisul

Bisul bernanah dapat diobati dengan menulis ayat di bawah ini dan meletakkannya di atas penyakit tersebut:

وَيَسۡـَٔلُونَكَ عَنِ ٱلۡجِبَالِ فَقُلۡ يَنسِفُهَا رَبِّي نَسۡفٗا ﴿١٠٥﴾ فَيَذَرُهَا قَاعٗا صَفۡصَفٗا ﴿١٠٦﴾ لَّا تَرَىٰ فِيهَا عِوَجٗا وَلَآ أَمۡتٗا ﴿١٠٧﴾

Mereka bertanya kepadamu mengenai gunung-gunung, maka katakanlah: Tuhanku akan menghancurkannya (pada hari kiamat) sehancur-hancurnya. Lalu dia menjadikan (bekas) gunung-gunung itu datar sama sekali. Kalian tidak akan melihat padanya

dataran rendah dan tinggi. (QS. Thaha: 105-107)

75. *KAM'AH* (JAMUR *TRUFFEL*)

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda: "Jamur *truffle* itu termasuk *manna*, airnya dapat menyembuhkan penyakit mata."

Ibnul Arabi menyatakan, "Kata *kam'ah* (jamur *truffle*) adalah jamak dari kata *kam'un*. Itu bertentangan dengan aturan perubahan kata dalam Bahasa Arab. Karena antara lafal jamaknya dengan tunggalnya dibedakan dengan huruf *taa*. Seharusnya kata tunggalnya dengan *taa* sementara jamaknya tidak. Benarkah itu kata jamak atau hanya simbol jamak saja? Ada dua pendapat dalam persoalan ini yang sama-sama populer. Mereka menyatakan bahwa yang keluar dari aturan hanya ada dua kata. Pertama *kam'ah* dan *kam'un*, kedua: *khab'ah* dan *khab'un*." Selain Ibnul Arabi menegaskan, "Sebenarnya itu sesuai dengan aturan bahasa. Namun *Al-Kam'ah* adalah jamaknya, tunggalnya *kam'un*." Ulama lain menegaskan, "Kedua kata itu sama-sama dapat digunakan untuk tunggal dan untuk jamak sekaligus."

Mereka yang mengambil pendapat pertama beralasan bahwa biasanya mereka menjamakkan lafal *kam'un* menjadi *akmu*. Seorang penyair menyebutkan: "Aku telah memetikkan untukmu jamur *akmu* dan jamur berwarna putih, aku juga telah melarangmu memakan jamur yang jelek."

Syair ini menunjukkan bahwa *akmu* adalah kata tunggal, jamaknya *kam'ah. Kam'ah* atau jamur *truffle* ini muncul di tanah tanpa ditanam. Disebut *kam'ah* (tutup), karena memang tertutup tempat tumbuhnya. Dalam bahasa Arab diungkapkan "Persaksian itu dalam *kam'ah*," artinya: tersembunyi. Jamur ini memang tersembunyi dalam tanah, tidak memiliki daun atau tangkai.

Materi jamur *truffle* berasal dari unsur tanah dan tetap tersembunyi di bawah permukaan tanah selama musim dingin dan mulai muncul

di permukaan tanah bersamaan turunnya hujan musim semi. Inilah sebabnya jamur *truffle* dinamakan cacar tanah, karena mirip cacar. Ini disebabkan kelembaban yang tersumbat melalui darah yang memburuk pada usia remaja ketika unsur panas dan pertumbuhannya sedang mulai meningkat.

Jamur *truffle* tumbuh pada musim semi dan dapat dimakan mentah atau masak. Bangsa Arab menyebutnya 'tumbuhan guntur' karena banyak tumbuh saat banyak guntur. Bangsa pengembara gurun menggunakan jamur *truffle* sebagai makanan. Jenis jamur *truffle* terbaik tumbuh di atas tanah berpasir yang airnya sedikit. Ada beberapa jenis jamur *truffle*, di antaranya ada yang beracun; warnanya kemerahan dan dapat menyebabkan sesak nafas.

Jamur *truffle* bersifat dingin dan basah pada tingkatan ketiga, tidak baik untuk perut dan sulit dicerna. Makan jamur *truffle* berlebihan dapat menyebabkan stroke, sakit pinggang, sakit perut dan sulit kencing. Jenis jamur *truffle* lembab kurang berbahaya daripada jenis jamur *truffle* kering. Karena itu, orang yang ingin memakan jamur *truffle* hendaknya membenamkannya di tanah liat, lalu merebusnya dengan air, garam dan *thyme*. Setelah itu barulah memakannya dengan minyak zaitun dan bumbu-bumbu pedas. Jamur *truffle* memiliki unsur bumi yang liat, meskipun mengandung air yang membuatnya ringan. Menggunakan jamur *truffle* sebagai celak dapat mengobati mata rabun dan radang selaput mata.

Beberapa ahli kesehatan sepakat bahwa air jamur *truffle* dapat memperkuat penglihatan.

Ada dua pendapat mengenai makna sabda Rasulullah s.a.w "Jamur *truffle* itu dari *manna*". Sebagian orang mengatakan bahwa *manna* yang Allah turunkan kepada Bani Israil bukan hanya manisan yang kita kenal, tetapi juga beberapa tumbuhan lain yang tumbuh begitu saja tanpa ditanam manusia. Menurut pendapat mereka, *manna* bermakna 'Karunia', dan karena itu, setiap tumbuhan atau nikmat yang Allah limpahkan kepada umat manusia tanpa usaha dinamakan

manna. Tetapi, Allah secara khusus menyebutkan karunia-Nya yang diperoleh manusia tanpa berusaha, apakah dengan menanam atau memproduksinya, dan karunia-karunia ini di namakan *manna.*

Pada tahun-tahun pengembaraan di Padang Tih, saat Allah menguji Bani Israil, mereka makan jamur *truffle* sebagai ganti roti. Allah memberikan mereka daging burung puyuh untuk dimakan sebagai lauk dan menyediakan minumannya, *manna,* yang berasal dari pepohonan. Maka sempurnalah makanan mereka.

Selanjutnya, mengenai sabda Rasulullah: "Jamur *truffle* termasuk *manna* yang Allah turunkan kepada Bani Israil" ada yang menganggap bahwa jamur *truffle* merupakan sejenis *manna,* meskipun kata *'Manna'* biasanya digunakan untuk melukiskan embun yang jatuh di pepohonan, yang pada mulanya disebut *taranjabin.*

Pendapat kedua menyatakan bahwa jamur *truffle* dinamakan *manna*, karena menyerupai *manna* yang turun di atas pepohonan, yang diambil tanpa menanam atau mengairi.

Jika ada orang bertanya, lantas darimana datangnya bahaya yang dikandungnya?

Harus diketahui bahwa Allah menciptakan segala sesuatu dengan sempurna. Apa yang Allah ciptakan bebas dari cacat dan cela, serta bermanfaat bagi umat manusia. Berbagai jenis cacat atau kekurangan yang timbul kemudian terjadi ketika ciptaan Allah bercampur atau berinteraksi dengan zat-zat lain dan sebagainya. Jika ciptaan Allah masih dalam bentuk aslinya, pastilah tidak mengandung cacat apa pun.

Orang-orang yang memiliki pengetahuan tentang alam semesta dan dasar penciptaan-Nya menyadari bahwa semua bentuk kerusakan yang terjadi pada udara, tanah, tumbuhan dan berbagai ciptaan terjadi setelah semua itu selesai diciptakan. Sejak umat manusia mulai menentang para Nabi mereka, semua jenis keburukan terjadi, yang menyebabkan rasa sakit, penyakit, wabah, kelaparan, serta kehilangan berkah yang terkandung dalam tanah dan segala yang dihasilkannya.

Buah-buahan dan tumbuh-tumbuhan perlahan-lahan kehilangan nilai dan manfaatnya.

Jika orang tidak memahami kenyataan ini, ayat berikut cukup untuk mengingatkannya:

> *Telah tampak kerusakan (dosa-dosa dan kemaksiatan-kemaksiatan kepada Allah) di darat dan lautan disebabkan apa yang dilakukan oleh tangan-tangan manusia (melalui penindasan dan perbuatan-perbuatan jahat).(QS. Ar-Rum: 41)*

Manusia seharusnya mencocokkan ayat ini dengan apa yang terjadi di dunia ini.

Manusia memperhatikan bagaimana berbagai penyakit terjadi pada tumbuh-tumbuhan, hewan-hewan dan buah-buahan. Penyakit-penyakit ini menimbulkan jenis penyakit lainnya. Setiap kali manusia melakukan kejahatan dan kezaliman, Allah pasti menimpakan bencana pada makanan, buah-buahan, udara, sumber air, tubuh, fisik dan penampilan luar. Lalu Allah menggantikan akibat berbagai kekurangan dan bencana tadi dengan munculnya perbuatan, kezaliman dan kefasikan mereka yang lain.

Dahulu, hasil panen dan biji-bijian berukuran lebih besar daripada ukurannya pada masa sekarang. Berkahnya juga lebih besar daripada berkah pada masa sekarang, karena karunia yang diberikan lebih besar daripada masa sekarang. Imam Ahmad meriwayatkan, "Pundi yang berisi butir-butir gandum sebesar biji-biji kurma ditemukan dalam peti besi milik para anggota Bani Umayyah. Di atasnya, tertulis kata-kata ini: 'Ini biasa tumbuh pada masa-masa keadilan." Imam Ahmad mengungkapkan kisah ini setelah meriwayatkan salah satu hadits Rasulullah.

Sebagian besar penyakit merupakan sisa dari siksaan-siksaan yang ditimpakan pada kaum-kaum dahulu. Penyakit-penyakit ini tetap tersisa untuk memantau sisa dari amal perbuatan manusia, agar keputusan adil dan bijaksana tetap ditegakkan. Rasululah s.a.w

bersabda, "Wabah itu merupakan sisa siksaan yang Allah kirimkan kepada Bani Israil."

Allah mengirimkan angin topan kepada kaum 'Ad selama tujuh malam dan delapan hari. Allah telah menyisakan sebagian dari angin dahsyat ini bagi bangsa-bangsa yang datang sesudahnya sebagai peringatan tentang apa yang terjadi terhadap kaum 'Ad.

Allah menjadikan amalan orang-orang shaleh dan kejahatan para pendosa sebagai sebab di balik akibat yang terjadi di dunia ini. Jika manusia tidak beramal shaleh atau bersedekah, maka hujan tidak turun atas mereka. Akibatnya, kelaparan terjadi. Jika orang-orang yang taat dan tak berdaya dizalimi, manusia curang dalam timbangan dan orang-orang kuat melanggar hak orang-orang yang lemah, maka kezaliman yang dilakukan oleh penguasa akan makin menjadi-jadi. Penguasa zalim seperti itu tidak memberikan kasih sayang jika mereka diminta untuk itu, mereka juga tidak berbuat baik ketika mereka diseru untuk itu. Perbuatan penguasa sebenarnya cermin perbuatan rakyatnya. Allah, dengan kebijaksanaan dan keputusan-Nya Yang Maha Adil, menampakkan akibat perbuatan manusia kepada mereka dalam berbagai bentuk sesuai dengan kondisi mereka. Kadang-kadang Allah menimpakan kepada umat manusia kelaparan, musuh, penguasa zalim, penyakit dan kesedihan yang akan tetap tinggal bersamanya. Kadangkala Allah menimpakan bencana kepada umat manusia dengan mencegah turunnya berkah ke atas mereka, membiarkan setan menguasai mereka dan menggiring mereka ke dalam siksaan tertentu. Dalam hal ini, umat manusia akan kembali pada takdir yang telah ditetapkan untuk mereka: apakah surga atau neraka.

Orang berakal akan berpikir tentang alam semesta dan merenungkan keadilan dan kebijakan-Nya yang terhampar di dalamnya. Ia akan menyadari bahwa para Rasul dan para pengikut mereka sedang meniti jalan keselamatan, sedangkan umat lainnya sedang menuntun diri mereka sendiri ke lembah kehancuran.

Allah pasti akan menjadikan keputusan dan perintah-Nya menuju

akhir yang sukses, tak ada orang yang dapat menolak perintah-Nya. Semoga Allah memberikan taufik-Nya!

Ada tiga pendapat mengenai sabda Rasulullah "Dan airnya menyembuhkan mata." *Pertama*, air jamur *truffle* dicampur dengan obat-obatan lain bagi penyakit mata, bukan digunakan sendiri. *Kedua*, jamur *truffle* digunakan sendiri setelah dipanggang dan diambil airnya. Api mematangkan dan melembutkan jamur *truffle* sehingga melarutkan lendir dan ampas berbahaya yang dikandungnya dan menyisakan unsur-unsur yang berkhasiat saja. *Ketiga*, yang dimaksud 'airnya' adalah hujan yang menjadikan jamur *truffle* tumbuh dan merupakan bagian pertama hujan yang jatuh. Ibnu Al-Jawzi mengatakan pendapat ini paling lemah di antara tiga pendapat yang disebutkan di sini.

Ada yang mengatakan bahwa air tersebut berkhasiat jika digunakan untuk mendinginkan mata. Karena itu, airnya sendiri merupakan obat, sedangkan bagian lainnya digunakan bersama obat-obatan lainnya.

Al-Ghafiqi mengatakan, "Air jamur *truffle* adalah obat terbaik bagi mata. Jika diadon dengan *ithmid* lalu digunakan sebagai celak, dapat memperkuat kelopak mata dan menajamkan penglihatan serta mencegah beberapa penyakit yang menyerang mata."

76. *KABBATS* (BUAH POHON ARAK YANG MASAK)

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Jabir bin Abdullah ra berkata, "Kami bersama Rasulullah s.a.w sedang menuai buah *kabbats*. Beliau berkata, 'Ambillah *kabbats* hitam, karena ia jenis terbaik.'"

Kabbats adalah buah pohon arak yang tumbuh di tanah Hijaz. *Kabbats* bersifat panas dan kering serta mengandung manfaat yang sama sebagaimana pohon arak, yaitu memperkuat perut, membantu pencernaan, menghilangkan lendir, menyembuhkan sakit punggung dan beberapa penyakit lain. Ibnu Juljul mengatakan, 'Meminum sup *kabbats* dapat melancarkan buang air kecil dan membersihkan

kandung kencing." Ibnu Ridwan berkata, "*Kabbats* memperkuat perut dan menstabilkan buang air besar."

77. *KATAM* (POHON LADA HITAM)

Bukhari meriwayatkan dalam *Shahih*-nya bahwa Utsman bin Abdullah bin Mawhab berkata, "Kami menemui Ummu Salamah ra dan ia mengeluarkan beberapa helai rambut Rasulullah yang dicat dengan *henna* dan *katam*." Dalam empat kitab *Sunan* diriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "*Henna* dan *katam* adalah bahan terbaik untuk menyemir rambut putih."

Dalam *Shahihain* diriwayatkan bahwa Abbas ra berkata, "Abu Bakar biasa menyemir rambutnya dengan *henna* dan *katam*." Abu Dawud meriwayatkan bahwa Ibnu Abbas berkata, "Seorang lelaki yang menyemir rambutnya dengan *henna* melewati Rasulullah s.a.w. Beliau berkata, 'Alangkah tampannya.' Seorang lelaki lain yang menyemir rambutnya dengan *henna* dan *katam* lewat, dan Rasulullah s.a.w berkata, 'Ini lebih tampan lagi.' Kemudian lelaki lain yang menyemir rambutnya dengan *sufrah* (pewarna hitam) berlalu dan Rasulullah s.a.w berkata, 'Ini yang paling baik dari semua.'"

Al-Ghafiqi berkata, "*Katam* adalah tanaman yang tumbuh di dataran rendah. Daunnya mirip daun zaitun dan tumbuh lebih tinggi dari bahu manusia. Buahnya seukuran lada dan ada biji di dalamnya. Jika bijinya disiram air, dapat berubah menjadi hitam. Daunnya, jika diperas dan diminum, bisa menyebabkan muntah. *Katam* juga berkhasiat mengobati gigitan anjing. Jika tangkainya direbus dalam air akan mengeluarkan tinta." Al-Kindi menyatakan, "Biji *katam* yang dipakai sebagai celak dapat menyerap air dari penyakit mata sehingga mata sembuh."

Sebagian orang mengira bahwa *katam* adalah *wasmah* atau daun Nil. Ini tidak benar, karena *wasmah* adalah tumbuhan yang berbeda. Pengarang *Shahih* berkata, "*Katam*, yang digunakan untuk menyemir

rambut, adalah tumbuhan yang secara salah dikira *wasmah*." Daun *wasmah* panjang, berwarna kebiru-biruan dan lebih besar daripada daun *khilaf*. Daunnya sama dengan daun kacang polong, tetapi lebih besar. *Wasmah* berasal dari Hijaz dan Yaman.

Jika orang berkata, "Dalam *Shahih* diriwayatkan bahwa Nabi s.a.w tidak menyemir rambutnya." Kami jawab, Imam Ahmad mengatakan bahwa para sahabat lain menceritakan Nabi s.a.w menyemir rambutnya. Orang-orang yang menyaksikan suatu perbuatan tidak sama dengan orang-orang yang tidak menyaksikannya. Karena itu, Imam Ahmad menegaskan bahwa Nabi s.a.w menggunakan semir rambut, meskipun Imam Malik mengingkarinya.

Andaikan ada orang yang mengatakan bahwa dalam *Shahih* Muslim diriwayatkan hadits yang melarang menyemir rambut menjadi hitam, yakni ketika ayah Abu Bakar dihadapkan kepada Rasulullah s.a.w dalam keadaan seluruh rambutnya telah putih. Rasulullah s.a.w berkata, "Semirlah rambut putih ini, tapi hindari warna hitam." *Katam* mengubah rambut menjadi hitam.

Ada dua cara untuk menjawab pendapat ini: Pertama, Rasulullah s.a.w melarang menyemir rambut menjadi hitam. Namun, dibolehkan jika warna hitam dicampur dengan henna dan *katam*. *Katam* dan *henna* menyemir rambut di antara warna merah dan hitam, sedangkan *wasmah* mengubah rambut menjadi hitam. Inilah jawaban yang paling logis.

Kedua, menyemir rambut dengan warna hitam kadang dilakukan untuk maksud menipu orang lain, misalnya seorang wanita tua menyemir rambutnya dengan warna hitam untuk menipu suaminya atau orang lain, atau seorang lelaki tua menyemir rambutnya dengan warna hitam untuk menipu seorang wanita. Ini adalah jenis penipuan yang dilarang. Tapi, jika menyemir rambut dengan warna hitam tidak dimaksudkan untuk menipu, maka dibolehkan. Ada riwayat *shahih* bahwa al-Hasan dan al-Husain biasa menyemir rambut mereka dengan warna hitam, sebagaimana diberitakan Ibnu Jarir. Ia juga memberitakan

bahwa ini merupakan pendapat Utsman bin Affan, Abdullah bin Ja'far, Sa'd bin Abu Waqqas, Uqbah bin Amir, al-Mughirah bin Shu'bah, Jarir bin Abdullah dan Amr bin al-As ra. Ia juga mengaitkan pendapat ini kepada beberapa *tabi'in* generasi kedua Islam seperti Amr bin Uthman, Ali bin Abdullah Ibnu Abbas, Abu Salamah bin Abdul Rahman, Abdul Rahman bin Aswad, Musa bin Talhah, az-Zuhri, Ayyub dan Ismail bin M'ad Yakrib. Ibnu al-Jawzi juga mengaitkan pendapat ini kepada Mu'harib bin Dithar, Yazid, Ibnu Jurayj, Abu Yusuf, Abu Ishaq, Ibnu Abu Layla, Ziyad bin Alaqah, Ghaylan bin Jami', Nafi' bin Jubayr, Amr bin Ali al-Muqaddami dan al-Qasim bin Sallam.

78. *KARAM* (POHON ANGGUR)

Disebut juga *habalah*. Dimakruhkan menyebut 'pohon anggur' dengan *karam*, karena Imam Muslim meriwayatkan bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Janganlah kalian menyebut pohon anggur dengan *karam*, karena *karam* adalah lelaki Muslim." Dalam riwayat lain, Rasulullah s.a.w bersabda, "Sesungguhnya *karam* adalah hati seorang mukmin."

Riwayat lain menyebutkan, "Janganlah menyebut buah anggur dengan *karam*, lebih baik sebut dengan *'inab* (anggur) dan *habalah* (pohon anggur)." Hadits ini menunjukkan dua arti yang mengacu pada pohon anggur, karena khasiatnya sangat besar, biasa disebut *al-karam* oleh bangsa Arab. Itulah sebabnya Rasulullah s.a.w tidak suka menyebut anggur dengan *karam*, karena nama unik ini menarik hati dan mungkin orang jadi menyukai turunan buah ini, yakni alkohol, sedangkan alkohol adalah induk segala kejahatan. Rasulullah s.a.w tidak suka menyebut sesuatu yang digunakan untuk menghasilkan alkohol dengan nama-nama terbaik.

Kedua, hadits ini sama dengan hadits yang berbunyi: "Orang kuat itu bukanlah orang yang mengungguli orang lain secara fisik." Juga hadits "Orang miskin itu bukanlah orang yang mengembara."

Dalam hal ini, hadits tentang *karam* bermakna, "Anda menyebut pohon anggur dengan *karam* karena banyak khasiatnya, padahal hati orang berimanlah yang berhak mendapatkan nama indah ini, bahkan lebih, karena orang beriman itu suci dan banyak manfaatnya." Kemudian hadits tersebut menggambarkan ciri hati orang beriman, misalnya kecerahan, hidayah, takwa kepada Allah dan semua sifat baik. Karena itu, nama *karam* lebih tepat disandang orang beriman daripada pohon anggur.

Pohon anggur bersifat dingin dan kering, sedangkan daunnya bersifat dingin pada tingkatan pertama. Daun anggur yang ditumbuk dan dibalurkan di tempat yang sakit dapat menyembuhkan sakit kepala, bengkak dan radang lambung.

Perasan air batang pohon anggur jika diminum dapat menghilangkan rasa mual dan memperkuat otot perut. Jika dikunyah dapat mengatasi kelembaban. Perasan daunnya menyembuhkan luka lambung, melancarkan sirkulasi darah dan mengatasi sakit maag.

Getah yang terkandung dalam batang pohon anggur berfungsi sebagaimana getah biasa. Jika diminum dapat melarutkan batu ginjal. Jika dibalurkan dapat mengobati sakit kulit, kudis bernanah dan sejenisnya. Sebelum getah dibalurkan, organ yang bersangkutan dicuci lebih dulu dengan air dan air jeruk. Jika dicampur dengan minyak zaitun lalu dibalurkan ke kulit, dapat menghilangkan rambut atau bulu.

Abu bakaran batang pohon anggur jika dicampur dengan cuka dan minyak mawar dan rue lalu dibalurkan, berkhasiat menyembuhkan bengkak di limpa. Energi bunga anggur bahkan bersifat menggigit, seperti minyak mawar. Pohon anggur memiliki khasiat sebanyak khasiat pohon kurma.

79. *KARFAS* (SELEDRI)

Diriwayatkan sebuah hadits tidak *shahih* dari Rasulullah s.a.w: "Barangsiapa memakan daun seledri lalu tidur, maka mulutnya akan menjadi wangi, tidurnya nyenyak, bebas dari gangguan sakit gigi dan

geraham." Hadits ini palsu, tetapi daun seledri memang dapat membuat wangi mulut bila dijilat dan ditelan, bahkan berkhasiat mengobati sakit gigi.

Seledri memiliki aroma yang baik dan jika di taruh di bawah leher dapat menyembuhkan sakit gigi.

Seledri bersifat panas dan kering, dapat membuka penyumbatan-penyumbatan pada lever dan limpa. Daun seledri basah membantu mendinginkan perut dan lever, melancarkan buang air kecil, melancarkan menstruasi dan menghancurkan batu ginjal. Bijinya bahkan lebih kuat lagi, mampu memacu stamina, menghilangkan nafas yang kurang sedap. Ar-Razi berkata, "Orang sebaiknya menghindari seledri jika ia takut disengat kalajengking."

80. ***KURRATS*** **(BAWANG PREI)**

Berkenaan dengan daun ini ada sebuah hadits palsu yang menyebutkan: "Barangsiapa makan bawang prei lalu tidur, maka tidurnya akan nyenyak dan terbebas dari angin karena ambeien. Namun malaikat akan menjauhinya karena bau mulutnya hingga pagi hari."

Ada dua jenis bawang prei, yaitu bawang prei air dan bawang prei Damaskus. Bawang prei air merupakan sayuran, lebih banyak dimakan orang; sedangkan bawang prei Damaskus memiliki kepala. Bawang prei bersifat panas dan kering serta menimbulkan sakit kepala.

Bawang prei yang dimasak dapat dimakan atau diminum airnya untuk membantu mengatasi perdarahan dingin. Bijinya yang ditumbuk dan diadon dengan getah tembakau kemudian disumpalkan pada gigi yang busuk dapat menyembuhkan sakit. Asap dari biji bawang prei yang dibakar dapat membantu mengeringkan perdarahan. Semua khasiat ini dapat diperoleh dari bawang prei air.

Bawang prei tidak baik bagi gigi dan gusi, menyebabkan sakit kepala dan mimpi buruk, serta mengaburkan penglihatan. Bawang prei menghilangkan bau mulut, melancarkan buang air kecil, melancarkan menstruasi dan produksi sperma, tapi sulit dicerna.

HURUF LAAM

81. *LAHM* (DAGING)

Allah swt berfirman:

Dan Kami beri mereka tambahan dengan buah-buahan dan daging dari segala jenis yang mereka ingini. (QS. Ath-Thuur: 22)

Dan daging burung dari apa yang mereka inginkan. (QS. Al-Waaqi'ah: 21)

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan dari hadits Abu Darda bahwa Rasulullah s.a.w bersabda: "Rajanya makanan penduduk dunia dan penduduk Surga adalah daging."

Dalam hadits (*marfu'*) Buraidah disebutkan, "Sebaik-baik lauk di dunia dan di akhirat adalah daging." Dalam *shahih* diriwayatkan, "Keutamaan Aisyah atas semua wanita adalah seperti keutamaan *tsarid* atas semua jenis makanan lainnya." *Tsarid* adalah roti dan daging.

Seorang penyair menyatakan:

Saat kita menyantap roti dengan daging, maka itu adalah amanah dari Allah, itulah tsarid.

Az-Zuhri menyatakan, "Memakan daging dapat meningkatkan stamina sampai tujuh puluh kali lipat." Muhammad bin Wasie' menandaskan, "Daging meningkatkan daya penglihatan." Diriwayatkan dari Ali bin Abi Thalib ra bahwa beliau berkata, "Makanlah daging, karena daging dapat mencerahkan warna kulit, mengecilkan perut dan memperindah tubuh."

Nafi berkata, "Jika bulan Ramadhan tiba, Ibnu Umar tidak pernah meninggalkan daging. Jika bepergian, ia tidak pernah lupa membawa daging." Diriwayatkan juga dari Ali bahwa beliau berkata, "Barangsiapa

meninggalkan makan daging selama empat puluh hari, akhlaknya akan menjadi buruk."

Adapun hadits Aisyah ra yang diriwayatkan oleh Abu Dawud secara *marfu'* menyebutkan: "Janganlah memotong daging dengan pisau, karena itu adalah kebiasaan orang-orang Ajam. Gigit saja, itu lebih enak dan lebih memuaskan." Imam Ahmad menyanggah riwayat ini dengan sebuah hadits *shahih* dari Rasulullah s.a.w bahwa beliau juga memotong daging dengan pisau, yaitu dalam dua hadits yang telah dijelaskan sebelumnya.

Daging sendiri bermacam-macam. Masing-masing berbeda-beda bergantung asal dan karakternya. Kami akan menjelaskan hukum masing-masing jenis, sifat, manfaat dan bahayanya.

Daging Domba

Sifatnya panas pada tingkatan kedua, namun basah pada tingkatan pertama. Yang terbaik adalah daging domba yang sudah berusia satu tahun. Berkhasiat menambah darah bersih yang memperkuat tubuh bagi orang yang pencernaannya baik, memperbaiki metabolisme dingin dan stabil, baik bagi penggemar olahraga berat di berbagai tempat dan di berbagai musim yang dingin. Juga berkhasiat bagi mereka yang kelebihan enzim serta menguatkan daya ingat. Namun daging domba yang sudah tua dan lemah tidak sehat, demikian juga daging domba betina.

Yang paling baik adalah daging domba jantan berwarna hitam. Lebih ringan, tetapi lebih lezat dan lebih berkhasiat. Daging domba yang sudah dikebiri lebih baik lagi. Yang berwarna merah dan gemuk lebih ringan di perut serta lebih bergizi. Daging kambing biasa lebih sedikit gizinya dan mengapung dalam perut.

Daging yang paling baik adalah yang paling jauh dari tulang. Bagian kanan lebih lunak dan lebih baik kualitasnya untuk lambung daripada bagian kiri. Bagian depan lebih baik daripada bagian belakang. Bagian kambing yang paling disukai oleh Rasulullah adalah bagian

depan, juga semua bagian atas selain kepala, karena sifatnya lebih ringan dan lebih baik kualitasnya daripada bagian bawah. Al-Faizdaq pernah memberikan daging kepada seorang lelaki yang membeli daging, "Ambil bagian depannya dan jauhi bagian kepala serta perut, karena penyakit ada pada kedua bagian itu."

Daging leher juga lezat dan baik, mudah dicerna dan cukup ringan. Daging lengan lebih ringan dan lebih lezat, lebih lembut, lebih bersih dan paling cepat dicerna. Dalam *Shahihain* disebutkan bahwa Rasulullah s.a.w sangat suka dengan daging paha."

Daging punggung sangat bergizi, dapat menambah darah bersih. Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan secara *marfu'*, "Daging terbaik adalah daging punggung."

Daging kambing bandot kurang panas dan agak kering. Tetelannya tidak baik dan kurang baik untuk pencernaan, gizinya rendah. Daging kambing betina jelek, sangat kering, sulit dicerna dan dapat menghasilkan tetelan kehitaman.

Al-Jahizh menyatakan: Salah seorang dokter terkemuka berkata kepadaku, "Hai Abu Utsman, hendaknya engkau berhati-hati memakan daging jantan. Karena daging itu dapat menyebabkan kemurungan, mempergolak unsur hitam, menimbulkan penyakit lupa, merusak darah dan – demi Allah – merusak keturunan."

Sebagian ahli kesehatan menyatakan, "Yang tidak baik dari jenis kambing jantan adalah yang sudah berumur, terutama yang sudah lebih dari dua tahun. Namun tidak berbahaya bagi yang sudah biasa memakannya." Galineus menganggap kambing berumur satu tahun sebagai makanan yang stabil dan mampu menstabilkan enzim dalam perut yang baik untuk pencernaan. Daging kambing betina lebih baik daripada daging kambing jantan. An-Nasa'i meriwayatkan dalam *Sunan*-nya dari Nabi s.a.w bahwa beliau bersabda, "Rawatlah kambing jantan baik-baik dan jauhkan ia dari gangguan binatang lain, karena kambing jantan adalah hewan Surga." Namun, keshahihan hadits ini masih dipertanyakan.

Ahli kesehatan membenarkan bahwa kambing jenis ini termasuk berbahaya. Namun justifikasi itu bersifat khusus, tidak bersifat umum, yakni hanya untuk lambung yang lemah dan pencernaan yang kurang baik, juga bagi yang belum terbiasa mengonsumsi makanan berserat. Mereka adalah penduduk perkotaan yang borjuis, yang tentu saja minoritas dari masyarakat yang ada.

Daging Kambing Muda

Sifatnya nyaris stabil, terutama jika masih menyusu, tapi bukan yang baru lahir. Dagingnya mudah dicerna karena mengandung energi susu, mengencerkan kotoran, sangat cocok bagi kebanyakan orang pada kondisi secara umum, lebih lembut daripada daging unta. Darah yang dihasilkan oleh daging inipun bersifat netral.

Daging Sapi

Sifatnya dingin dan kering, sulit dicerna, sangat sulit turun ke lambung, menambah darah hitam, tetapi hanya baik bagi orang yang kelelahan. Terlalu banyak mengonsumsi daging sapi dapat menimbulkan penyakit karena unsur hitam seperti panu, kudis, gatal-gatal bahkan lepra, penyakit gajah, kanker dan was was, demam serta berbagai pembengkakan. Itu berlaku bagi orang yang belum terbiasa atau tidak dapat mengantisipasi bahayanya, misalnya dengan merica atau dengan bawang putih, jahe dan sejenisnya. Daging sapi jantan lebih dingin, sementara yang betina lebih kering.

Daging anak sapi, terutama yang gemuk, termasuk daging paling bergizi, paling baik, paling lezat dan paling berkhasiat. Sifatnya panas dan lembab. Jika dicerna dengan baik, dapat memberi masukan gizi yang baik sekali.

Daging Kuda

Dalam *Shahihain* diriwayatkan sebuah hadits *shahih* dari Asma ra bahwa ia menceritakan, "Pada masa hidup Rasulullah s.a.w kami pernah menyembelih seekor kuda lalu memakannya." Diriwayatkan juga dengan *shahih* bahwa Rasulullah s.a.w membolehkan makan daging kuda, tapi melarang daging keledai. Ada hadits tidak *shahih* dari Miqdan bin Ma'dikarib bahwa Rasulullah s.a.w melarang makan daging kuda. Ini diriwayatkan oleh Abu Dawud dan yang lainnya dari kalangan Ahli Hadits. Disebutkannya daging kuda secara bersamaan dengan daging bighal, keledai, bukan berarti hukum dagingnya sama dalam segala sisi. Hukumnya berkaitan dengan pembagian dalam harta rampasan yang juga tidak sama. Allah sering menyebutkan secara bersamaan beberapa hal yang bertentangan. Firman Allah: ...... *agar kalian mengendarainya* tidak berarti daging hewan itu tidak boleh dimakan. Ayat itu juga tidak melarang kuda untuk digunakan selain untuk dikendarai, asalkan dimanfaatkan untuk keperluan lain. Ayat itu menegaskan fungsi kuda yang paling pokok, yakni untuk dikendarai. Dua hadits yang menegaskan halalnya daging kuda adalah *shahih*. Tidak ada hadits yang bertentangan dengan kedua hadits tersebut.

Daging kuda bersifat panas dan kering, tebal dan agak hitam, berbahaya dan tidak cocok untuk badan yang halus.

Daging Unta

Perbedaan antara Syi'ah dan Ahlus Sunnah sebagaimana perbedaan antara kaum Yahudi dengan kaum Muslimin adalah bahwa baik Yahudi maupun Rafidhah sama-sama mencela unta dan tidak mau memakan dagingnya. Padahal sudah jelas dalam agama Islam bahwa unta itu halal. Rasulullah s.a.w dan para sahabat beliau pernah memakannya baik pada saat bepergian maupun ketika tidak sedang bepergian.

Daging anak unta termasuk daging paling enak dan paling berkhasiat, bahkan paling banyak gizinya, tentunya bagi yang sudah

terbiasa memakannya. Sama halnya dengan daging domba, sama sekali tidak berbahaya dan tidak menyebabkan penyakit. Namun para ahli kesehatan menganggapnya tidak baik bagi mereka yang tidak terbiasa makan daging unta karena daging unta mengandung unsur kering dan panas, dapat menambah darah hitam dan agak sulit dicerna.

Daging unta mengandung energi yang kurang baik. Karena itu Rasulullah menyuruh kita berwudhu setelah makan daging unta. Tidak benar jika berwudhu di situ diartikan dengan 'membasuh tangan' karena hal itu bertentangan dengan istilah baku tentang wudhu menurut sabda Rasulullah s.a.w. Rasulullah s.a.w sendiri membedakan antara daging unta dengan daging kambing. Setelah makan daging kambing, orang boleh berwudhu atau tidak berwudhu. Tetapi setelah makan daging unta, orang wajib berwudhu. Jika berwudhu di sini ditafsirkan 'membasuh tangan', maka tentu demikian juga tafsir atas sabda Nabi s.a.w, "Barangsiapa menyentuh kemaluannya, hendaklah ia berwudhu."

Memakan daging unta tidak selalu menggunakan tangan, misalnya ketika orang disuapi. Jika ini masih juga dituntut untuk membasuh tangan, tentunya itu suatu kesia-siaan, sama halnya menafsirkan sabda Nabi s.a.w tidak menurut pengertiannya yang wajar.

Tidak tepat jika kedua hadits di atas dipertentangkan dengan hadits, "Akhir dari dua kebiasaan Rasulullah adalah tidak berwudhu lagi setelah makan daging yang dimasak dengan api." Hal itu berdasarkan beberapa hal. *Pertama*: Karena hadits ini bersifat umum, sedangkan perintah untuk wudhu setelah makan daging unta bersifat khusus. *Kedua*: Sasarannya memang berbeda. Perintah berwudhu berkaitan dengan makan daging unta, baik yang mentah maupun yang dimasak atau yang sudah dibuat dendeng sekalipun. Kenyataan bahwa daging yang sudah tersentuh api tidak membawa pengaruh apa-apa. Adapun tidak berwudhu setelah menyantap daging yang sudah dimasak dengan api mengandung penjelasan bahwa sentuhan api bukanlah faktor yang mengharuskan berwudhu. Maka mana hubungan antara

keduanya? Kasus pertama mengandung faktor yang mengharuskan berwudhu, yakni memakan daging unta, sedangkan kasus kedua meniadakan faktor penyebab wudhu, yakni keberadaan daging yang sudah dimasak dengan api. Di antara keduanya tidak ada kontradiksi pada sisi manapun.

Ketiga: Hadits itu tidak memuat pembicaraan dengan lafal umum dari Allah yang menentukan syariat, melainkan hanya memberitakan kejadian dua macam perbuatan, yang pertama dilakukan mendahului yang lain, sebagaimana sudah dijelaskan dalam hadits itu sendiri: "Mereka menghidangkan kembali daging itu kepada Rasulullah, lalu beliau memakannya. Setelah itu beliau shalat tanpa berwudhu lagi setelah memakan daging yang sudah dimasak dengan api."

Demikianlah disebutkan dalam hadits, namun perawi hadits menyebutkan secara tingkas, untuk mengambil bagiannya sebagai dalil saja. Maka bagaimana mungkin hadits ini dijadikan sebagai dalil yang me-*mansukh*-kan perintah berwudhu? Seandainya dalil itu merupakan dalil umum dan terakhir kali diriwayatkan, tetap tidak sah dijadikan sebagai dalil yang me-*mansukh*-kan. Dalil yang bersifat khusus harus didahulukan.

Daging Biawak Padang Pasir

Sebelumnya telah disebutkan hadits yang menghalalkan daging biawak. Daging biawak ini bersifat panas dan kering, dapat meningkatkan gairah seks.

Daging Kijang

Kijang adalah binatang buruan yang terbaik, paling enak dagingnya, sifatnya panas dan kering. Ada yang mengatakan sifatnya sangat netral, berkhasiat bagi tubuh yang stabil dan sehat. Daging anak kijang adalah yang terbaik dari jenis binatang ini.

Daging Rusa

Sifat daging ini panas dan kering pada tingkatan pertama, mengeringkan tubuh, sangat cocok untuk tubuh yang cenderung basah. Penulis *Al-Qanun* menandaskan, "Di antara binatang liar yang paling baik dagingnya adalah rusa, meskipun cenderung kehitaman.

Daging Kelinci

Diriwayatkan dalam *Shahihain* dari Anas bin Malik yang menceritakan: "Kami pernah kehilangan kelinci. Akhirnya kami kirim orang untuk mencarinya kembali sampai berhasil kami tangkap. Abu Thalhah mengirimkan bagian pinggul kelinci itu yang telah dimasak, lalu beliau s.a.w menerimanya."

Daging kelinci cenderung panas dan kering. Bagian yang terbaik adalah bagian pinggul. Lebih baik lagi jika dipanggang. Daging ini dapat memperkuat otot perut, melancarkan buang air kecil dan menghancurkan batu ginjal. Kepalanya, jika dimakan, dapat membantu mengatasi kedinginan.

Daging Keledai Liar

Diriwayatkan dengan *Shahih* dalam *Shahihain* dari hadits Abu Qatadah ra, bahwa mereka pernah bersama Rasulullah s.a.w berburu keledai liar. Lalu beliau memerintahkan mereka memakannya, padahal mereka sedang berihram. Abu Qatadah sendiri tidak sedang berihram."

Ibnu Majah dalam *Sunan*-nya meriwayatkan dari Jarir bahwa ia menceritakan, "Kami pernah makan kuda dan keledai liar dalam perang Khaibar." Dagingnya bersifat kering dan panas, sangat bergizi, dapat menambah darah kental dan merah. Lemaknya, jika dicampur dengan minyak kayu cendana, juga berkhasiat mengobati sakit gigi, angin duduk serta angin yang mengganggu ginjal. Lemaknya, jika dilumurkan, baik untuk mengobati penyakit kulit. Secara umum, daging binatang

liar dapat menambah darah. Yang terbaik adalah daging kijang, baru kemudian daging kelinci.

Daging Janin Ternak

Daging ini tidak bagus, karena ada banyak darah mengendap di dalamnya. Hukumnya tidak haram, karena Nabi s.a.w bersabda, "Sembelihan janin sudah termasuk dalam sembelihan induknya."

Penduduk Iraq menolak makan daging ini, kecuali jika mereka mendapatkannya dalam keadaan hidup lalu menyembelihnya terlebih dahulu. Mereka menafsirkan hadits di atas dengan 'menyembelihnya sebagaimana sembelihan yang dilakukan terhadap ibunya'. Mereka berkata bahwa hadits di atas merupakan *hujjah* atas keharamannya.

Alasan itu tidak tepat karena hadits itu muncul ketika para sahabat bertanya kepada Rasulullah, "Wahai Rasulullah! Kami menyembelih seekor kambing, tiba-tiba kami mendapatkan janin dalam perutnya, apakah kami boleh memakan daging janin itu?" Rasulullah s.a.w menjawab, "Makanlah kalau kalian mau. Karena sembelihan janin sudah termasuk dalam sembelihan induknya."

Metode *qiyas* juga membawa konsekuensi bahwa janin itu halal, selama ia ada dalam kandungan, karena ia adalah bagian dari tubuh induknya. Sebagaimana sembelihan sang induk berlaku untuk seluruh organ tubuhnya. Itulah yang diisyaratkan oleh Rasulullah s.a.w dengan sabdanya, "…. sembelihan janin sudah termasuk sembelihan induknya." Seandainya tidak ada hadits yang tegas pun, *qiyas* yang *shahih* sudah cukup untuk menetapkan kehalalannya. Semoga Allah memberikan taufik-Nya.

Daging Dendeng

Dalam *Sunan* disebutkan hadits Bilal bahwa ia menceritakan, "Dalam suatu perjalanan kami pernah menyembelih seekor binatang bersama Rasulullah s.a.w. Beliau berkata, 'Awetkan dagingnya.' Aku

terus saja makan daging tersebut hingga sampai di Madinah."

Dendeng termasuk makanan awetan terbaik, berkhasiat menguatkan tubuh tapi juga dapat menimbulkan gatal. *Abazir* yang dingin dan lembab dapat mengatasi efek sampingnya. Dendeng dapat memperbaiki sistem metabolisme yang panas. Makanan awetan memang bersifat panas, kering dan dingin. Berbahaya jika dicampur dengan minyak samin karena dapat menimbulkan mencret, namun dapat diatasi dengan cara memasaknya bersama susu dan minyak. Dendeng juga berkhasiat memperbaiki sistem metabolisme panas dan lembab.

Daging Burung

Allah swt berfirman:

Dan daging burung dari apa yang mereka inginkan. (QS. Al-Waqi'ah: 21)

Dalam *Musnad* Al-Bazzar disebutkan secara *marfu'*: "Nanti di surga kalian akan melihat burung lalu timbullah selera kalian. Saat itu juga burung itu akan menukik ke bawah dan terhidang dalam keadaan sudah dipanggang di hadapan kalian."

Daging burung ada yang halal juga ada yang haram. Yang haram adalah daging burung yang memiliki cakar penyambar mangsa seperti elang, garuda, rajawali dan sejenisnya. Demikian juga daging burung yang memakan bangkai, seperti burung nasar, heriang, bangau, burung magpie, gagak hitam dan sejenisnya. Juga daging burung yang harus dibunuh, seperti burung bangkai dan burung gagak sendiri.

Burung yang halal dagingnya bermacam-macam, di antaranya ayam. Dalam *Shahihain* diriwayatkan dari hadits Abu Musa ra bahwa Nabi s.a.w pernah memakan daging ayam betina.

Sifat daging unggas atau burung panas dan basah pada tingkatan pertama, ringan di lambung, mudah dicerna, baik bagi pencernaan, menambah sumsum dan hormon, menjernihkan suara, mencerahkan warna

kulit, memperkuat otak dan menambah darah segar. Sifatnya cenderung basah. Ada pendapat keliru bahwa terlalu sering mengonsumsi ayam dapat menyebabkan encok.

Daging ayam jantan lebih panas komposisinya, namun agak kurang basah. Yang lebih tua umumnya berkhasiat mengobati mencret, asma, angin duduk, jika dimasak dengan bunga saf, kayu manis dan pellicle. Daging ayam jantan yang sudah dikebiri sangat tinggi gizinya dan mudah dicerna. Daging ayam broiler lebih mudah dicerna dan dapat memperlunak kotoran. Darah yang dihasilkan daging ini juga sangat lembut dan baik.

Daging Dufaj

Sifatnya panas dan kering pada tingkatan kedua, sangat ringan, mudah dicerna dan menghasilkan darah netral. Terlalu banyak mengonsumsi daging ini bisa melemahkan penglihatan.

Daging Puyuh

Daging ini mudah dicerna, berkhasiat menambah darah.

Daging Angsa

Bersifat panas dan kering, kurang gizi, tidak baik kecuali bagi yang sudah terbiasa, tapi tidak banyak ampasnya.

Daging Bebek

Sifatnya panas dan kering, sedikit gizinya dan berserat. Karena sulit dicerna, ia tidak baik untuk lambung.

Daging Kalkun

Dalam *Sunan* diriwayatkan dari hadits Burayah bin Umar bin Safinah, dari kakeknya bahwa ia menceritakan, "Aku pernah memakan

daging kalkun bersama Rasulullah s.a.w." Sifatnya panas dan kering, sulit dicerna, namun berkhasiat untuk penggemar olahraga dan orang yang kelelahan.

Daging Camar

Sifatnya kering dan ringan. Ada perbedaan pendapat mengenai sifat panas atau dinginnya. Dapat menambah darah hitam, cocok untuk orang yang kelelahan atau pekerja berat. Setelah disembelih, sebaiknya dibiarkan hingga satu atau dua hari, baru kemudian dimakan.

Daging Anak Burung Bluefish/Ikan Biru

An-Nasa'i meriwayatkan dalam *Sunan*-nya dari hadits Abdullah bin Umar ra bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Barangsiapa yang membunuh meski hanya seekor anak burung atau yang lebih kecil dari itu tanpa hak, maka ia pasti akan ditanya oleh Allah." Ada yang bertanya, "Wahai Rasulullah! Apa haknya?" Beliau menjawab, "Haknya adalah hendaklah kalian menyembelihnya lalu memakannya. Jangan kalian sembelih, lalu kalian buang."

Dalam *Sunan*-nya disebutkan juga dari Amru bin Asy-Syuraid, dari ayahnya bahwa ia menceritakan: Aku pernah mendengar Rasulullah s.a.w bersabda: "Barangsiapa membunuh anak burung untuk bermain-main saja, maka sang burung akan menghadap Allah dan berkata, "Sesungguhnya si Fulan telah membunuh saya untuk bermain-main saja, bukan untuk keperluan tertentu."

Dagingnya kering dan panas, dapat mengeraskan kotoran dan menambah stamina. Kuahnya dapat melunakkan kotoran dan berkhasiat memperkuat sendi tulang. Jika dimakan bersama jahe dan bawang merah, dapat memperkuat gairah seks. Namun tetelannya tidak baik.

Daging Merpati

Sifatnya panas dan basah. Merpati liar lebih sedikit tingkat kebasahannya. Namun anak burung merpati justru lebih basah, terutama yang dipelihara dalam kandang. Burung merpati yang sedang berkembang (agak besar) lebih ringan dagingnya dan lebih bergizi. Daging merpati jantan mengandung obat untuk mengatasi Anestesi, stroke dan kedinginan. Demikian juga sekadar menghirup napas burung ini sudah berkhasiat. Anak burung merpati juga berkhasiat untuk kaum wanita, baik untuk ginjal dan menambah darah.

Berkenaan dengan masalah yang sama, ada sebuah hadits palsu bahwa seorang lelaki datang mengadu kepada Nabi s.a.w karena dia kesepian. Rasulullah s.a.w bersabda, "Cari saja sepasang merpati." Hadits terbaik dalam masalah ini adalah bahwa Rasulullah s.a.w pernah melihat seorang lelaki mengikuti seekor burung merpati. Beliau bersabda, "Setan laki-laki mengikuti setan perempuan."

Utsman bin Affan dalam khutbahnya pernah memerintahkan membunuh sekawanan anjing dan menyembelih burung merpati.

Burung Seriti

Sifatnya panas dan kering, dapat menghasilkan unsur hitam pada darah dan mempersulit buang air besar. Daging ini termasuk yang paling rendah gizinya, tapi berkhasiat mengobati penyakit busung lapar.

Daging Sumana (sejenis burung kalkun)

Sifatnya panas dan kering, berkhasiat memperbaiki persendian, namun berbahaya bagi lever panas. Cuka buah ketumbar dapat dikonsumsi untuk mengatasi bahayanya. Unggas dari daerah lumpur atau tempat-tempat jorok sebaiknya dihindari.

Daging unggas lebih mudah dicerna daripada daging binatang lain. Namun makin mudah dicerna suatu bagian, makin sedikit

kandungan gizinya, misalnya bagian leher dan sayap. Otak unggas lebih baik daripada otak binatang ternak lainnya.

Daging Belalang

Dalam *Shahihain* diriwayatkan dari Abdullah bin Abu Awfa bahwa ia menceritakan: "Kami pernah berperang bersama Rasulullah s.a.w dalam tujuh kali peperangan, di mana kami makan daging belalang."

Sementara Ahmad dalam *Musnad*-nya meriwayatkan hadits dari Ibnu Umar ra mengatakan: "Dihalalkan dua macam bangkai dan dua macam darah kepada kami. Yaitu, bangkai ikan dan bangkai belalang, hati dan limpa."

Sifat daging belalang kering, panas dan kurang bergizi. Terlalu banyak makan daging belalang membuat badan kurus. Jika dibakar untuk pengharum ruangan, dapat mempermudah dan menuntaskan buang air kecil, terutama bagi kaum wanita. Juga dapat digunakan untuk mengobati ambeien. Belalang gemuk dan tidak bersayap jika dibakar dan dimakan berkhasiat mengobati luka sengatan kalajengking. Namun daging binatang ini sangat berbahaya untuk penderita sawan (Epilepsi) atau orang yang pencernaannya kurang baik.

Ada dua pendapat berkenaan dengan di-*mubah*-kannya bangkai belalang jika mati tanpa sebab tertentu. Sebagian besar ulama menghalalkannya, namun Imam Malik mengharamkannya. Tidak ada perbedaan pendapat mengenai dibolehkannya belalang yang mati karena sebab tertentu, misalnya karena terjepit, terbakar dan sejenisnya.

Sebaiknya seseorang tidak terus menerus makan daging karena dapat menyebabkan darah tinggi, kegemukan atau demam berat. Umar bin Khatab berpesan, "Hati-hatilah memakan daging. Daging bisa berbahaya sebagaimana minuman keras. Allah tidak menyukai penghuni rumah yang penuh dengan daging."

Diriwayatkan oleh Imam Malik dalam *Al-Muwaththa*. Hipokrates menyebutkan, "Jangan biarkan perut kalian menjadi kuburan binatang."

83. *LABAN* (SUSU)

Allah swt berfirman:

Dan sesungguhnya pada binatang ternak itu benar-benar ada pelajaran bagi kamu. Kami memberimu minum daripada apa yang berada dalam perutnya (berupa) susu yang bersih antara hati dan darah, yang mudah ditelan orang-orang yang meminumnya. (QS. An-Nahl: 66)

Berkenaan dengan Surga, Allah berfirman:

Di dalamnya ada sungai-sungai dari air yang tiada berubah rasa dan baunya, sungai-sungai dari susu yang tiada berubah rasanya ...(QS. Muhammad: 15)

Dalam *As-Sunan* diriwayatkan secara *marfu'*: "Barangsiapa diberikan oleh Allah makanan, hendaknya ia mengucapkan, "Ya Allah, berikanlah keberkahan bagi kami dalam makanan ini dan berikanlah kepada kami rizki yang lebih baik darinya."

Sementara barangsiapa yang diberikan oleh Allah rizki minuman, Jibril berkata: "Ya Allah, berikanlah keberkahan pada minuman kami ini, dan tambahkanlah yang lebih dari ini. Sesungguhnya aku tidak mengetahui ada sesuatu yang dapat menggantikan posisi makanan sekaligus minuman, kecuali susu."

"Segala puji bagi Allah yang telah menunjukkan dirimu kepada fitrah. Seandainya tadi engkau mengambil cawan berisi arak, umatmu pasti akan tersesat."

Susu kambing yang diasamkan (*Yoghurt*) agak sulit masuk ke lambung, komposisinya padat, tapi lambung yang panas akan mudah mencerna dan mangambil khasiat darinya.

Susu Sapi

Susu sapi berkhasiat menambah gizi, menyuburkan badan dan mengendorkan otot perut. Dalam hal kandungan lemak dan kadar

kekentalannya, susu sapi termasuk yang paling stabil bahkan lebih baik daripada susu kambing dan domba. Dalam *As-Sunan* dari hadits Abdullah bin Mas'ud diriwayatkan secara *marfu'*, "Hendaklah kalian minum susu sapi, karena sapi memakan daun dari setiap pohon."

Susu Unta

Pada bagian awal buku ini telah dibahas tentang susu. Di situ juga dibahas berbagai khasiat susu unta, sehingga saya tidak perlu mengulanginya di sini.

Luban/Olibamun

Disebut juga *kundur*. Diriwayatkan dalam sebuah hadits yang tidak *shahih* bahwa Nabi s.a.w bersabda, "Harumkan rumah kalian dengan *luban* dan bunga lawang."

Akan tetapi, diriwayatkan dari Ali ra bahwa ia pernah berkata kepada seorang lelaki yang mengeluh karena sering lupa, "Hendaklah engkau minum *luban* karena minuman ini dapat menyemangatkan hati dan menghilangkan penyakit lupa."

Diriwayatkan dari Ibnu Abbas bahwa beliau mengatakan bahwasanya minum *luban* dicampur gula berkhasiat memperlancar buang air kecil dan menghilangkan penyakit lupa. Sementara dari Anas diriwayatkan bahwa ada seorang lelaki mengeluh kepadanya karena sering lupa. Beliau berkata, "Hendaklah kalian minum *luban*. Genangkanlah pada waktu malam, dan ambil satu sendok pada pagi harinya, kemudian minumlah, niscaya penyakit lupa akan hilang."

Faktor penyebabnya bersifat alami dan wajar. Penyakit lupa mungkin bisa disebabkan oleh sistem metabolisme dingin dan lembab yang secara tiba-tiba menyalahi kebiasaan dan mendominasi otak sehingga otak tidak mampu lagi menyimpan data. Untuk penyakit ini, *luban* sangat berkhasiat. Penyakit lupa yang disebabkan oleh faktor luar dapat dihilangkan dengan mengonsumsi makanan basah. Perbedaan

antara keduanya adalah: unsur kering menyebabkan orang selalu terjaga dan mengingat hal-hal yang telah lalu, namun melupakan hal yang sedang terjadi, sedangkan unsur lembab sebaliknya.

Ada beberapa faktor khusus yang dapat menimbulkan penyakit lupa, misalnya pembekaman pada tengah bagian belakang kepala, kebiasaan makan ketumbar basah atau apel masam, sering merasa murung dan sedih, memandangi air yang tidak mengalir dalam waktu lama atau kencing di air tersebut, memandangi tiang salib, terlalu banyak membaca papan pengumuman, reklame atau tulisan di nisan kuburan, berjalan di antara dua ekor unta yang basah tubuhnya, melemparkan kutu ke dalam kolam atau memakan sisa makanan tikus. Kebanyakan dari hal tersebut diketahui melalui pengalaman dan percobaan.

Luban berfungsi menghangatkan tubuh pada tingkatan kedua dan mengandung unsur pengering pada tingkatan pertama. Juga mengandung sedikit unsur penyedot. *Luban* mengandung banyak khasiat dan sedikit efek samping. Di antara khasiatnya adalah menghentikan perdarahan dan membersihkannya, mengobati sakit perut dan mulas, membantu pencernaan, mengusir angin, mengobati sakit mata, menumbuhkan daging pada bekas luka, memperkuat lambung yang lemah, mengeringkan dahak serta membersihkan lendir pada dada, mempertajam penglihatan dan mencegah koreng makin melebar.

Jika dikunyah dan dicampur dengan *luban* Persia, *luban* dapat menghilangkan dahak, mengobati lidah yang kaku, menambah daya pikir serta mencerdaskan otak. Jika dibakar untuk mengharumkan ruangan, *luban* dapat mengusir wabah penyakit dan mengharumkan udara.

HURUF MIM

84. *MAA* (AIR)

Air adalah materi kehidupan dan rajanya minuman. Air termasuk salah satu pilar alam semesta ini, bahkan merupakan pilar yang paling mendasar, karena langit diciptakan dari uap air dan bumi dari buih air. Allah menciptakan segala sesuatu yang hidup di air.

Memang ada dua perbedaan pendapat mengenai apakah air mengandung gizi atau sekadar melebur gizi. Kami telah menjelaskan mana yang paling tepat di antara dua pendapat itu berikut dalilnya. Air bersifat dingin dan basah, meredam panas, menjaga kondisi tubuh agar tetap lembab, menghentikan sel-sel tubuh yang merusak dan melembutkan makanan sehingga dapat menembus pembuluh darah.

Kualitas air dikenali melalui sepuluh cara: *Pertama*, melalui warnanya. Air yang baik berwarna jernih. *Kedua*, melalui baunya. Air yang baik tidak memiliki bau. *Ketiga*, melalui rasanya. Air yang baik rasanya tawar dan agak manis, seperti air sungai Nil dan Eufrat. *Keempat*, melalui berat jenisnya. Air yang baik ringan dan lembut. *Kelima*, melalui lokasinya. Air yang baik berasal dari lokasi yang mengalir secara baik. *Keenam*, melalui sumbernya. Air yang baik berasal dari sumber mata air yang dalam. *Ketujuh*, hendaknya air itu terkena angin dan panas matahari. Air yang baik tidak tersembunyi di bawah tanah, sehingga tidak tersentuh udara atau sinar matahari. *Kedelapan*, melalui gerakan air tersebut. Air yang baik mengalir dengan deras dan cepat. *Kesembilan*, melalui kuantitasnya. Air yang baik jumlahnya banyak sehingga dapat menghilangkan campuran yang tidak baik. *Kesepuluh*, melalui arah air itu tertumpah. Air yang baik tertumpah dari arah utara ke selatan atau dari arah barat ke timur.

Jika kita tinjau semua kriteria itu, kita tidak akan mendapatkan air yang memenuhi semua persyaratan itu kecuali air dari empat sungai: Sungai Nil, Sungai Eufrat, Sungai Saihan dan Sungai Jaihan. Dalam *Shahihain* dari hadits Abu Hurairah ra diriwayatkan bahwa ia menceritakan: Rasulullah s.a.w bersabda, "Saihan, Jaihan, Nil dan Eufrat, semuanya adalah sungai Surga."

Air dikatakan ringan jika memenuhi beberapa syarat berikut. *Pertama*, mudah menjadi panas atau menjadi dingin. Hipokrates berkata, "Air yang mudah panas dan mudah dingin adalah air yang paling ringan." *Kedua,* ringan menurut ukuran timbangan. *Ketiga*, dua buah kapas yang sama beratnya dibasahi dengan dua jenis air. Yang lebih ringan dari kedua kapas tersebut mengandung air yang lebih ringan.

Meskipun pada asalnya air itu dingin dan basah, tetapi energinya dapat berpindah dan berubah-ubah karena berbagai faktor yang menimbulkann reaksi mengubah energi air tersebut. Air yang terbuka pada bagian utaranya dan tertutup pada bagian lainnya akan berubah menjadi dingin, bahkan mengandung unsur kering karena angin utara. Demikian juga air yang terbuka pada bagian-bagian tertentu saja. Air yang bersumber dari tempat yang mengandung unsur logam akan memiliki karakter sesuai dengan logam tersebut, bahkan mempengaruhi tubuh sesuai dengan kandungannya.

Air tawar sangat berkhasiat untuk orang sakit maupun orang sehat. Air tawar yang dingin lebih berkhasiat dan lebih nikmat. Tidak baik minum air dengan sekali teguk, juga tidak baik minum setelah selesai berhubungan intim, sesudah sadar dari pingsan, sehabis bangun tidur, baru keluar dari kamar mandi atau sesudah memakan buah-buahan. Semua telah dijelaskan sebelumnya. Adapun minum sesudah makan, tidak apa-apa atau bahkan harus jika memang sangat diperlukan, asalkan tidak banyak-banyak. Ini tidak berbahaya, bahkan dapat memperkuat lambung dan menambah nafsu makan serta menghilangkan haus.

Air yang tidak mempunyai rasa memiliki reaksi yang sebaliknya. Air yang sudah diendapkan lebih baik daripada air yang masih segar. Sebagaimana telah dijelaskan, air dingin akan memberi khasiat lebih di dalam tubuh daripada manfaat yang diberikan dari luar. Air panas sebaliknya. Air dingin juga berkhasiat mencegah darah menjadi bau dan mencegah naiknya uap perut ke kepala. Air dingin juga mencegah bau busuk, cocok dengan sistem metabolisme dan gigi, terutama pada waktu dan tempat yang panas. Air dingin berbahaya bagi kondisi tubuh ketika tubuh membutuhkan pembakaran dan perubahan struktur, misalnya pada saat pilek, saat mengalami pembengkakan berat atau kedinginan sehingga air dingin dapat meyebabkan sakit gigi. Terlalu banyak minum air juga dapat menyebabkan bergolaknya darah, menurunnya tekanan dan sakit dada.

Air panas dapat meredakan sengatan berbagai materi panas, membantu proses metabolisme dan pembakaran, mengeluarkan berbagai ampas makanan, memberi kelembaban dan juga menghangatkan. Namun, jika diminum air panas dapat merusak pencernaan, membuat makanan mengapung di bagian atas lambung, tidak mudah menghilangkan haus, mencairkan unsur tubuh, menimbulkan—bahkan berbahaya bagi—banyak penyakit. Air panas baik untuk orang tua, orang-orang yang mengidap penyakit epilepsi, penyakit pusing dingin, dan penyakit mata. Yang terbaik adalah yang digunakan dari arah luar. Tidak ada hadits ataupun *atsar shahih* berkaitan dengan air yang menjadi panas karena terik matahari. Bahkan, tak seorang pun dari ahli kesehatan terdahulu yang melarang atau tidak menyukai air panas. Air yang sangat panas dapat melelehkan lemak ginjal.

Air Hujan

Telah dibahas di bawah pembahasan huruf *Ghin*.

Air Es dan Air Embun

Diriwayatkan dalam *Shahihain* dari Nabi s.a.w bahwa beliau biasa mengucapkan kalimat ini dalam doa istiftah dan yang lainnya:

> *"...ya Allah, cucilah diriku dari dosa-dosaku dengan air es dan air embun.."*

Es bersifat tajam dan mengandung uap, demikian juga air es. Sebelumnya telah dijelaskan tentang rahasia kenapa mencuci harus menggunakan air, yakni karena hati membutuhkan pendinginan, kekebalan dan perkuatan. Dari sini dapat ditarik kaidah pengobatan jasmani dan rohani dengan menggunakan antinya. Air embun lebih halus dan lebih enak daripada air es, sedangkan sifat air beku tergantung pada asalnya.

Es biasa mengambil energi dari gunung dan bumi di masa salju turun sehingga kualitasnya sesuai dengan lokasinya. Hindari minum air bercampur es setelah mandi, setelah bersetubuh, setelah berolahraga dan setelah makan makanan panas. Ini juga berlaku bagi pengidap batuk, sakit dada, lever dan bagi orang yang memiliki pencernaan tidak baik dan dingin.

Air Sumur dan Air Selokan

Air sumur tidak terlalu ringan, sedangkan air selokan yang tersimpan di perut bumi sangat berat. Karena air sumur lama mengendap dalam tanah maka ia tidak bisa terhindar dari pembusukan, sedangkan air selokan tidak terkena sinar matahari. Sebaiknya kedua jenis air ini tidak diminum langsung, sebelum terkena udara dan terendapkan satu malam. Air selokan yang paling jelek adalah yang salurannya tercemar oleh timah. Demikian juga air sumur yang sudah lama tidak dipakai, terutama jika tanahnya tidak baik. Air seperti itu dapat menimbulkan wabah.

Air Zam-zam

Air zam-zam adalah rajanya air, air yang paling baik dan paling tinggi derajatnya, paling disukai, paling mahal harganya dan paling berharga bagi umat manusia. Air zam-zam adalah 'tambak' Jibril dan 'minuman' Ismail.

Diriwayatkan dalam Shahihain dari Nabi s.a.w bahwa beliau bersabda kepada Abu Dzar yang saat itu sudah tinggal di Mekah selama empat puluh hari empat puluh malam tanpa makanan sedikit pun. Nabi s.a.w berkata kepadanya, "Sesungguhnya air Zam-zam adalah makanan bagi yang lapar .." Dalam riwayat selain Muslim ditambahkan, "... dan obat bagi penyakit ..."

Ibnu Majah dalam Sunan-nya meriwayatkan dari hadits Jabir bin Abdullah, dari Nabi s.a.w bahwa beliau bersabda: "Air Zam-zam memberi khasiat sesuai dengan niat orang yang meminumnya." Sebagian ulama menyatakan hadits ini lemah karena adanya perawi bernama Abdullah Al-Muammal, meriwayatkan dari Muhammad bin Muslim (Al-Makki).

Kami mendapat riwayat dari Abdullah bin Al-Mubarak bahwa dia pernah berhaji dan mendatangi sumur Zam-zam sambil berdoa: "Sesungguhnya Ibnu Abil Maula menceritakan sebuah riwayat kepada kami, dari Muhammad bin Al-Munkadir, dari Jabir ra, dari Nabi s.a.w bahwa beliau bersabda: "Air Zam-zam itu berkhasiat tergantung niat orang yang meminumnya. Aku sengaja meminumnya untuk menghadapi rasa haus di akhirat nanti."

Ibnu Abul Mawali seorang perawi yang dapat dipercaya, sehingga hadits ini hasan, bahkan sebagian ulama menyatakan sebagai hadits shahih. Ada di antara mereka menganggapnya sebagai hadits maudhu'. Masing-masing dari kedua pendapat itu (yang menyatakan shahih atau palsu) adalah pendapat yang ekstrem.

Penulis dan banyak orang Islam lain telah mencoba meminum air Zam-zam dengan niat memperoleh berbagai keajaiban. Penulis

pernah meminumnya dengan niat mendapatkan kesembuhan dari beberapa macam penyakit. Dengan izin Allah, semua penyakit itu sembuh. Penulis juga menyaksikan sendiri banyak di antara mereka yang menjadikan air zam-zam sebagai makanan selama berhari-hari hingga setengah bulan atau lebih. Mereka tidak merasa lapar, bahkan dapat ikut thawaf bersama orang lain. Penulis juga diberitahu bahwa ada orang yang bertahan hingga empat puluh hari dalam kondisi sehat, dapat bersetubuh dengan istrinya, berpuasa dan terus-menerus berthawaf hanya dengan minum air zam-zam.

Air Sungai Nil

Nil adalah salah satu sungai Surga di belakang pegunungan Al-Qamar di penghujung negeri Habasyah, berasal dari air hujan yang tergenang di sana, ditambah dengan berbagai aliran sehingga Allah alirkan di permukaan bumi gersang yang tidak memiliki tumbuhan. Akhirnya berkat sungai itu tumbuhlah berbagai macam tumbuhan untuk binatang dan umat manusia.

Tanah tempat sungai itu dialirkan di Eplisia terkenal keras. Meskipun sering mendapatkan hujan, tetap saja tanah itu gersang, tak mampu menumbuhkan tanaman. Hujan yang turun melampaui batas akan membahayakan penduduk sekitar dan mengganggu banyak aktivitas dan kemaslahatan. Maka Allah menurunkan hujan di negeri-negeri yang jauh, lalu mengalirkannya ke negeri tersebut melalui sebuah sungai yang besar. Pada waktu-waktu tertentu, Allah menambahkan jumlah air yang mengalir ke sana, sesuai dengan kebutuhan negeri itu. Jika air telah memenuhi kebutuhan semua penduduk, Allah mengizinkan air sungai itu berkurang dan turun ke bawah sehingga tanaman tumbuh dengan baik. Air sungai Nil ini memenuhi sepuluh kriteria air yang baik sebagaimana telah penulis paparkan. Air sungai Nil termasuk paling ringan, paling lembut, paling tawar dan paling manis.

Air Laut

Diriwayatkan dengan shahih dari Nabi s.a.w bahwa beliau pernah bersabda, "Air laut itu suci dan mensucikan, bangkainyapun halal."

Allah menjadikan air laut sebagai air yang asin sekali, bahkan cenderung pahit, semuanya untuk kebutuhan umat manusia yang tinggal di daratan, termasuk untuk binatang-binatang darat. Karena air laut bersifat tenang dan tidak mengalir, banyak hewan laut yang hidup di dalamnya. Seandainya air laut tawar dan manis, tentu airnya akan amis karena bangkai hewan laut yang tidak dikubur. Lebih dari itu, alam semesta akan tercemar karena bangkai-bangkai itu akan mendekam lama dalam lautan bersama makhluk hidup lainnya. Udara juga akan tercemar dan busuk baunya karena bangkai-bangkai itu. Akhirnya seluruh dunia ini tercemar. Namun, Allah dengan hikmah-Nya, menjadikan air laut asin sehingga seandainya seluruh bangkai di dunia ini diceburkan ke dalamnya, sifat air laut tidak akan berubah sama sekali. Air laut tidak akan pernah berubah sejak diciptakan hingga dunia ini kiamat. Itulah penyebab utama mengapa air laut dijadikan asin. Adapun peyebabnya secara reaktif adalah karena tanah tempat air laut itu berada sudah mengandung garam.

Mandi dengan air laut sangat bermanfaat untuk mencegah berbagai macam penyakit kulit. Namun, jika diminum akan sangat berbahaya untuk bagian luar dan dalam tubuh, karena dapat membuat perut kembung dan membuat badan kurus, bahkan dapat menimbulkan penyakit gatal, kudis, gas dan membuat haus.

Jika orang terpaksa harus minum air laut, ia bisa menempuh beberapa kiat untuk menghindari bahayanya. Di antaranya, memasukkan air laut ke dalam panci yang di atasnya diletakkan beberapa batang bambu dengan ujung disumpal woll yang baru dicabut dari kulit domba. Kemudian air dimasak sehingga uapnya naik dan melekat di bulu tersebut. Jika uap sudah banyak, peraslah. Lakukan ini terus menerus sampai terkumpul jumlah air yang diinginkan. Air

yang sudah tersuling terkumpul dalam woll, sedangkan yang tersisa di panci hanya ampasnya.

Cara lain, galilah tanah di pinggir pantai sehingga air laut dapat merembes hingga ke lubang itu. Buat lagi lubang di sampingnya, sehingga air dari lubang pertama bisa merembes ke lubang kedua. Buat lagi lubang ketiga dan seterusnya sehingga air berubah menjadi tawar.

Jika orang terpaksa harus minum air keruh, lakukan kiat dengan memasukkan biji aprikot, sebatang kayu jati, bara panas yang dipadamkan, tanah liat atau tepung gandum ke dalam air tersebut. Dengan cara ini, bagian yang keruh akan terkumpul di bagian bawah.

85. *MISK* (KESTURI)

Imam Muslim meriwayatkan dalam Shahih-nya dari hadits Abu Sa'id Al-Khudri bahwa Rasulullah s.a.w bersabda, "Minyak wangi yang paling harum adalah kesturi." Dalam Shahihain diriwayatkan dari Aisyah ra bahwa ia menceritakan: aku pernah meminyaki Rasulullah s.a.w sebelum ihram dan pada saat hari penyembelihan serta ber-thawaf dengan wewangian yang mengandung kesturi."

Kesturi adalah rajanya minyak wangi, yang terbaik dan paling wangi. Kesturi sering dijadikan sebagai perumpamaan. Hal-hal lain sering diserupakan dengan kesturi, namun kesturi sendiri tidak dapat diserupakan dengan apa pun. Kesturi adalah minyak wangi Surga.

Sifatnya kering pada tingkatan kedua, dapat menetralkan dan memperkuat jiwa, menguatkan semua organ tubuh bagian dalam jika diminum dan dihirup. Jika dioleskan ke tubuh, kesturi berkhasiat bagi orang-orang tua dan mereka yang terserang kelembaban, terutama pada musim dingin. Juga sangat baik untuk penderita rabun senja, jantung berdebar, lemas-lemas karena kesturi memacu panas tubuh secara alami. Kesturi juga memperindah putih mata dan menghilangkan kelembabannya, menghilangkan angin dari mata dan dari seluruh organ tubuh lainnya serta menolak racun. Kesturi merupakan obat

penenang yang terbaik. Juga berkhasiat mengobati luka gigitan ular berbisa. Masih banyak khasiat lainnya.

86. *MARZANJUSY* (MARJORAM/TANAMAN BERAROMA PERMEN)

Berkaitan dengan tanaman ini, ada sebuah hadits yang tidak kami ketahui ke-shahih-annya: "Hendaknya kalian menggunakan marjoram. Karena tanaman ini berkhasiat mengobati pilek."

Tanaman ini bersifat panas pada tingkatan ketiga, kering pada tingkatan kedua. Jika dihirup, tanaman ini mengobati pusing-pusing karena hawa dingin atau karena pengaruh lendir, unsur hitam, pilek dan angin duduk. Juga berkhasiat membuka penyumbatan pada bagian kepala dan lubang hidung, mengempeskan bengkak dingin, mengobati pembengkakan atau rasa sakit karena hawa dingin atau karena lembab.

Jika dibubuhkan, tanaman ini berkhasiat memperlancar buang air dan mempermudah persalinan. Jika ditumbuk lalu dibalutkan di bagian mata, daunnya yang sudah kering dapat menghilangkan bekas darah yang muncul di bawah mata. Jika dibalurkan setelah dicampur dengan cuka, berkhasiat mengatasi sengatan kalajengking.

Minyak tanaman ini berkhasiat mengobati sakit punggung, lutut dan menghilangkan capek. Orang yang terbiasa menghirup marjoram tidak akan pernah berair matanya. Airnya yang dicampur dengan minyak pisang yang pahit lalu digunakan untuk gurah dapat mengatasi hidung tersumbat dan mengusir angin dari kepala.

87. *MILH* (GARAM)

Ibnu Majah meriwayatkan dalam Sunan-nya dari hadits Anas secara marfu', "Rajanya lauk-pauk kalian adalah garam." Disebut 'raja', karena garam dapat memperbaiki kualitas dan memantapkan rasa. Kebanyakan lauk menjadi lezat setelah dicampur dengan garam.

Dalam Musnad Al-Bazzar disebutkan: "Kalian di tengah masyarakat ini tak lama lagi akan seperti garam dalam makanan. Makanan itu tidak akan enak tanpa garam." Al-Baihawi dalam Tafsir-nya menyebutkan dari Abdullah bin Umar secara marfu': "Sesungguhnya Allah menurunkan empat berkah dari langit ke bumi: Besi, api, air dan garam."

Garam dapat menambah kualitas tubuh manusia dan makanan mereka, bahkan dapat menambah kualitas segala sesuatu yang dicampur dengannya, seperti emas dan perak, karena garam mengandung energi yang mempertajam kilau emas dan perak. Garam mengandung unsur pembersih, unsur pengemulsi, penghilang lendir berat, penyerap dan mengandung unsur yang memperkuat tubuh serta mencegah bau busuk dan kerusakan. Juga berkhasiat mengobati kudis bernanah.

Jika digunakan sebagai celak, garam dapat menghilangkan benjolan daging pada mata dan melenyapkan kotoran kuning. Garam Inggris lebih manjur lagi untuk tujuan ini. Garam mencegah koreng menyebar, melancarkan buang air besar, berkhasiat jika dioleskan pada perut penderita busung lapar, membersihkan gigi, menghilangkan baunya serta menguatkan gusi. Masih banyak khasiat garam lainnya.

HURUF NUN

88. *NAKHL* (BATANG POHON KURMA)

Pohon kurma disebutkan Al-Qur'an dalam beberapa ayat. Dalam Shahihain diriwayatkan dari Ibnu Umar ra bahwa ia menceritakan: "Saat kami sedang duduk-duduk bersama dengan Rasulullah s.a.w, tiba-tiba dihidangkan kepada kami setandan kurma. Kemudian Nabi s.a.w bersabda, "Sesungguhnya di antara jenis pohon ada sebuah pohon yang diibaratkan seperti orang Muslim laki-laki karena daunnya tidak pernah jatuh. Beritahukan kepadaku, pohon apa itu?" Orang-orang yang ada di majelis itu mengira pohon yang dimaksud adalah pohon di daerah pedalaman. Tetapi di dalam hati aku berkata, "Itu pohon kurma. Aku ingin mengucapkan demikian bahwa itu adalah pohon kurma. Namun ketika aku melihat ke sekeliling, ternyata aku adalah orang yang paling muda di situ, maka aku diam saja. Rasulullah s.a.w bersabda, "Ia adalah pohon kurma." Aku menceritakan pendapatku yang terpendam kepada Umar ra, maka Umar berkata, "Lebih baik engkau mengatakannya saja daripada akhirnya engkau berkata begini dan begitu."

Hadits ini mengandung banyak pelajaran, antara lain bahwa seorang ulama boleh melontarkan pertanyaan kepada teman-temannya untuk melatih mereka dan meminta pendapat mereka. Hadits ini juga mengandung dalil dibolehkannya membuat qiyasan atau perumpamaan. Pelajaran lain dalam hadits ini ialah bahwa para sahabat memiliki rasa sungkan terhadap orang yang lebih tua, serta menjaga bicara di hadapan mereka. Hadits ini juga mengajarkan bahwa orangtua hendaknya gembira jika anaknya dapat menjawab pertanyaan. Pelajaran lainnya adalah bahwa bukan suatu aib jika seorang anak menjawab

pertanyaan sesuai yang diketahui di hadapan orangtuanya, termasuk ketika orangtuanya sendiri tidak mengetahui jawabannya. Itu juga bukan aib bagi orangtua.

Hadits ini menyerupakan seorang lelaki Muslim dengan pohon kurma karena keduanya memiliki banyak kebaikan, selalu memberikan naungan, buahnya baik dan selalu ada sepanjang waktu.

Buah kurma dapat dimakan dalam keadaan masak, kering, mentah bahkan saat masih pentil. Buah kurma adalah buah sekaligus obat, makanan pokok dan sekaligus manisan, minuman dan sekaligus buah-buahan. Batang pohon kurma bermanfaat untuk membuat bangunan, alat-alat pertukangan dan bejana. Daunnya dapat dijadikan bahan untuk membuat tikar, bejana, kipas, dan lain-lain. Sabutnya dapat dijadikan bahan tali temali, isi kasur, dan lain-lain. Sedangkan bijinya bermanfaat untuk makanan unta, obat dan celak yang baik. Di samping itu, buah kurma itu baik, pohonnya baik, penampilannya baik dan enak dipandang. Bentuk buahnya yang baik juga menenteramkan hati ketika dipandang. Memandang pohon kurma, orang akan teringat penciptanya, pembuatnya, keindahan ciptaan-Nya, kesempurnaan kekuasaan-Nya dan kesempurnaan hikmah-Nya. Tak ada sesuatu yang lebih menyerupai pohon itu selain seorang Mukmin, bahkan seorang Mukmin jauh lebih baik dari pohon kurma dan lebih berguna secara lahir maupun batin.

Pohon kurma pernah mengeluh kepada Rasulullah s.a.w saat beliau meninggalkannya, karena ia merasa rindu berdekatan dengan beliau dan rindu dengan ucapan beliau. Pohon itu juga pernah menaungi Maryam ketika ia melahirkan Nabi Isa. Diriwayatkan dalam sebuah hadits, "Hormatilah bibi kalian, pohon kurma. Karena pohon itu dibuat dari tanah yang menjadi unsur penciptaan Adam."

Ahli kesehatan berbeda pendapat tentang mana yang lebih utama antara kurma yang masih berada dalam tandannya dan kurma yang di luar tandan. Allah menyejajarkan kedua jenis kurma tersebut dalam beberapa ayat Al-Quran. Jadi keduanya sangat mirip. Namun, kurma

yang masih dalam genggaman pohonnya dan cocok tempat tumbuhnya tentu lebih baik dan lebih berkhasiat

89. *NARJIS* (BUNGA BAKUNG)

Sebuah hadits tidak shahih menyebutkan, "Hendaknya kalian menghirup bunga bakung, karena dalam jantung ada bibit penyakit gila, penyakit lepra dan kusta yang hanya dapat dihilangkan dengan mencium bunga bakung."

Bunga bakung bersifat panas dan kering pada tingkatan kedua. Sifat dasarnya dapat mematangkan luka bernanah yang pernah menyerang syaraf, memiliki energi pembersih, penyedot dan penarik yang kuat. Bunga bakung yang dimasak dan diminum airnya atau dimakan setelah direbus dapat merangsang muntah dan menyedot lendir di pusat lambung. Bunga bakung yang dimasak dengan campuran madu dengan ervil atau bunga miju-miju berkhasiat membersihkan kotoran koreng dan mematangkan koreng yang sulit matang.

Putiknya bersifat panas stabil dan lembut, berkhasiat mengobati pilek dingin, memiliki daya kontaminasi yang tinggi, mampu membuka sumbatan otak dan hidung, mengobati lendir dan unsur hitam, tapi membuat pusing kepala yang sudah panas. Bijinya yang keras, jika dikeluarkan lalu ditanam akan tumbuh berlipat ganda. Orang yang terbiasa mencium baunya pada musim semi akan terhindar dari penyaki suka mengigau pada musim panas. Juga berkhasiat mengatasi sakit kepala akibat riak dan kebanyakan enzim. Bunga ini memiliki bau harum yang dapat memperkuat jantung dan otak serta mengobati banyak penyakit. Penulis at-Taisir mengatakan, "Jika dihirup, bunga ini dapat mengobati penyakit epilepsi pada anak-anak."

90. *NURAH* (BLOSSOM)

Ibnu Majah meriwayatkan hadits Ummu Salamah bahwa Rasulullah s.a.w memasker tubuhnya, dimulai dari bagian aurat dengan

menggunakan blossom, kemudian ke seluruh tubuhnya. Ada beberapa hadits lain yang semakna dengan hadits ini. Ada yang mengatakan bahwa orang yang pertama kali masuk ke kamar mandi dengan membawa blossom adalah Nabi Sulaiman bin Daud.

Blossom berasal dari kapur dua bagian dicampur dengan arsenik satu bagian, kemudian diaduk dengan air, lalu dibiarkan di bawah sinar matahari atau dalam kamar mandi hingga masak dan berwarna biru pekat. Setelah itu dibalurkan ke tubuh, lalu bagian yang telah dibalur dengan blossom dibalur lagi dengan inai untuk menghilangkan unsur panasnya.

91. *NABQ* (RHAMNUS)

Abu Nu'aim dalam kitabnya Ath-Thibbun Nabawi meriwayatkan secara marfu': "Setelah Adam turun ke dunia, yang pertama kali dimakannya adalah buah rhamnus."

Dalam hadits yang diriwayatkan oleh Al-Bukhari dan Muslim, Nabi s.a.w menyebutkan nabq atau buah rhamnus ini ketika bersabda, "Aku melihat Sidratul Muntaha saat Isra' dan Mi'raj. Ternyata buah rhamnus-nya sebesar Qilal Hajar."

Buah rhamnus adalah buah dari pohon sidr, berkhasiat memperkuat otot perut, mengobati mencret, melapisi lambung, meredakan muntah kuning, memberi suntikan pada tubuh, menimbulkan selera makan serta mengatasi disentri berat. Tapi buah ini menimbulkan dahak dan sulit dicerna. Tepungnya bisa memperkuat usus dan memperbaiki sistem metabolisme. Efek sampingnya dapat diatasi dengan royal jelly.

Ada dua pendapat di antara para ahli kesehatan mengenai sifat buah ini, apakah basah atau kering. Yang benar, buah yang basah bersifat dingin dan basah, sedangkan buah yang kering bersifat dingin dan kering.

HURUF HAA

92. *HINDIBA* (SEJENIS SAYUR)

Berkenaan dengan hindiba ada tiga hadits marfu': "Makanlah buah hindiba dan jangan buang ampasnya. Karena pada setiap hari pasti ada tetesan air Surga yang tercurah kepadanya." Hadits lain berbunyi: "Barangsiapa memakan buah hindiba lalu tidur, ia tidak akan terkena racun ataupun sihir." Hadits lainnya lagi menyatakan: "Masing-masing dari daun pohon hindiba, pasti mengandung tetesan air dari Surga ..."

Buah ini menjadi misteri bagi pencernaan, sifatnya dapat berubah-ubah tergantung pada perubahan empat musim dalam satu tahun. Pada musim dingin sifatnya netral. Buah ini memiliki sifat pengikat dan mendinginkan, baik sekali untuk lambung. Jika dimasak dan dicampur dengan cuka, buah ini memperkuat otot perut, terutama hindiba berat dan mengatasi lemah lambung. Jika dibalurkan, dapat meredakan inflamasi yang terjadi pada lambung, mengobati encok dan pembengkakan pada mata yang panas. Daun dan akarnya bisa berkhasiat mengatasi sengatan kalajengking jika dibalurkan pada bagian yang sakit.

Buah ini juga berkhasiat memperkuat lambung, membuka penyumbatan pada lever, mengatasi sakit yang bersifat panas dan dingin, membuka penyumbatan pada limpa, pembuluh darah dan usus serta membersihkan saluran ginjal. Yang paling baik untuk lever adalah yang paling pahit. Air buah ini berkhasiat menyembuhkan penyakit kuning, terutama jika dicampur dengan kurma muda. Buah ini, jika ditumbuk dengan daunnya lalu dibalurkan pada radang tertentu, dapat mendinginkan inflamasinya. Juga membersihkan dada dan meredam

panas darah dan hepatitis. Buah ini lebih baik dimakan tanpa dicuci atau dibersihkan agar energinya tidak hilang. Buah ini juga mengandung energi tambahan sebagai penawar racun.

Airnya, jika digunakan sebagai celak, dapat mengobati rabun malam. Daunnya memberikan energi tambahan, berkhasiat menjadi penawar racun kalajengking dan racun-racun lainnya. Airnya, jika diperas lalu dicampurkan ke dalam minyak zaitun, dapat menyembuhkan berbagai penyakit yang mematikan. Air perasannya, jika diminum, dapat mengobati luka gigitan kalajengking dan kelabang. Milk-nya dapat membersihkan putih mata.

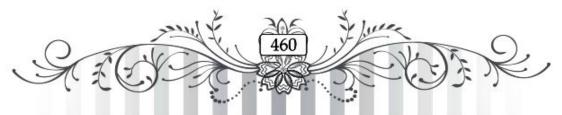
HURUF WAWU

93. *WARS* (SEJENIS WIJEN)

At-Tirmidzi dalam Jami'-nya meriwayatkan hadits Zaid bin Arqam, dari Nabi s.a.w bahwa beliau pernah menggambarkan minyak zaitun dan wars sebagai obat sakit pinggang. Qatadah menjelaskan, "Dicekokkan kepada penderita penyakit pinggang dari arah pinggang yang sakit." Ibnu Majah dalam Sunan-nya meriwayatkan hadits Zaid bin Arqam bahwa ia menceritakan: "Rasulullah pernah menggambarkan obat penyakit pinggang, yakni wars, cendana laut dan minyak zaitun dicekokkan pada si sakit."

Diriwayatkan dengan shahih bahwa ia menceritakan: pada zaman Nabi, kaum wanita biasa berhenti melakukan ibadah tertentu selama empat puluh hari ketika nifas. Bahkan, ada di antara kami yang memasker wajahnya dengan wars karena wajahnya berwarna merah kehitam-hitaman."

Abu Hanifah, seorang ahli bahasa Arab mengatakan, "Wars biasa ditanam dan bukan termasuk tumbuhan darat, dan setahu saya tidak ditemukan selain di tanah Arab atau negeri Yaman."

Energinya yang panas dan kering ada pada awal tingkatan kedua. Yang terbaik adalah yang merah, lembut di tangan dan sedikit gabahnya. Jika dibalurkan, wars berkhasiat untuk mengobati penyakit gatal-gatal, eksim dan jerawat pada permukaan kulit. Buah ini memiliki energi pengikat dan pewarna. Jika diminum, kira-kira satu sendok makan, berkhasiat mengobati campak. Komposisi dan khasiatnya mirip cendana laut. Sangat berkhasiat jika dibalurkan pada panu, eksim, jerawat dan kurap. Pakaian yang diwarnai dengan wars akan lebih kuat daya tahannya.

94. *WASMAH* (WOAD)

Wasmah adalah daun dari sungai Nil yang berkhasiat menghitamkan rambut.

HURUF YAA

95. *YAQTHIEN* (LABU MANIS)

Disebut juga dubba atau qar'. Namun kata yaqthien bersifat lebih umum karena secara bahasa dapat berarti pohon yang tidak berbatang seperti semangka, timun dan sejenisnya. Allah berfirman:

> *"...Dan Kami tumbuhkan untuk dia sebatang pohon dari jenis labu..."*(QS. Ash-Shaaffat: 146).

Jika ada yang mengatakan bahwa pohon yang tidak memiliki batang disebut najm bukan syajar. Syajar adalah pohon yang berbatang sebagaimana disebut oleh para ahli bahasa, sedangkan dalam ayat di atas disebutkan kata syajar yaqthin (sejenis pohon labu), mengapa bisa begitu?

Kami jawab: jika disebutkan secara lepas, kata syajar bisa berarti pohon yang berbatang atau tidak. Jika diucapkan secara khusus, kata ini hanya ditujukan pada pohon yang berbatang saja. Masalah penyebutan suatu nama secara lepas atau secara khusus termasuk pembahasan yang luas dan penting untuk dipahami dan disematkan dalam fase-fase bahasa. Kata yaqthien yang disebutkan dalam Al-Qur'an adalah pohon dari buah labu. Buahnya disebut dubba atau qar', dan pohonnya disebut yaqthien.

Diriwayatkan dengan shahih dari hadits Anas bin Malik bahwa ia menceritakan: "Seorang penjahit mengundang Rasulullah s.a.w untuk menikmati hidangan buatannya sendiri. Anas menceritakan: Maka aku pun pergi bersama Rasulullah. Lalu kepada kami disuguhkan roti gandum dan sayur berisi labu dan dendeng. Aku melihat Rasulullah selalu mencari labu di mana saja berada di sekitar nampan makanan tersebut. Sejak itu, aku pun ikut menyukai labu."

Abu Thalut menceritakan: Aku pernah menemui Anas bin Malik ra makan labu sambil berkata, "Sesungguhnya engkau berasal dari pohon yang paling kusukai, karena Rasulullah juga menyukaimu."

Dalam Al-Ghailaniyyat disebutkan hadits dari Hasyim bin Urwah dari ayahnya, dari Aisyah ra menceritakan: Rasulullah s.a.w pernah berkata kepadaku, "Hai Aisyah! Jika engkau memasak makanan, perbanyaklah labunya, sesungguhnya labu dapat mengobati hati yang sedih."

Labu bersifat dingin dan basah, memberikan asupan gizi ringan, mudah masuk ke dalam perut meskipun belum rusak sebelum dicerna, menghasilkan ampas yang baik. Khasiat lainnya adalah memberikan serat yang baik sesuai dengan vitamin yang dikandungnya. Jika dimakan dengan biji sawi atau jintan hitam, dapat menimbulkan rasa pedas. Jika dicampur garam dapat menghasilkan ampas asin. Jika dicampur dengan unsur yang mengikat, dapat menghasilkan ampas yang mengikat. Jika dimasak dengan sejenis jambu-jambuan, dapat memberikan gizi yang sangat baik bagi tubuh.

Sifatnya lembut dan berair, dapat memberikan suntikan makanan yang lembab berlendir, sangat cocok untuk orang yang kepanasan, tetapi tidak cocok untuk mereka yang kedinginan dan orang yang kelebihan lendir. Airnya dapat menghilangkan dahaga dan sangat bergizi. Jika diminum dengan buah quince dalam bentuk selai, dapat mempermudah keluarnya enzim. Jika dimasak dan diminum airnya dengan madu atau campuran atau buah natron, dapat melarutkan lendir. Jika ditumbuk lalu dibalutkan di bagian atas kepala dapat membantu mengatasi radang otak. Perasaan airnya dicampur dengan air mawar, lalu diteteskan ke telinga, berkhasiat mengatasi pembengkakan dalam telinga. Labu juga berkhasiat mengobati bengkak mata dan encok panas.

Buah ini sangat berkhasiat bagi mereka yang memiliki pencernaan panas dan menderita demam. Jika di dalam lambung bertemu makanan yang tidak baik, buah ini mudah terkontaminasi sehingga menjadi rusak

serta menimbulkan ampas yang tidak baik. Ini dapat diatasi dengan mencampurnya dengan cuka dan yang pahit-pahit.

Kesimpulannya, labu termasuk makanan paling lembut dan paling cepat bereaksi. Diriwayatkan dari Anas bahwa Rasulullah s.a.w sering makan labu.

PENUTUP

Penulis merasa perlu menutup pembahasan ini dengan sebuah kajian ringkas namun penting berupa nasihat dan peringatan menyeluruh agar buku ini semakin bermutu. Penulis menganggap bahwa apa yang ditulis oleh Ibnu Masawaih (Masuyah) dalam kitab Al-Mahadzier sangat baik untuk dinukil secara harfiah: "Barangsiapa memakan bawang merah dalam empat puluh hari lalu wajahnya menjadi merah kehitam-hitaman hendaknya ia menyalahkan dirinya sendiri. Barangsiapa makan ala kadarnya lalu memakan garam kemudian ia terserang panu atau eksim, hendaknya ia menyalahkan dirinya sendiri. Barangsiapa memakan ikan dan telur secara bersamaan, lalu terserang mencret dan sejenisnya, hendaknya menyalahkan dirinya sendiri. Barangsiapa masuk ke kamar mandi dalam keadaan kenyang lalu mencret, hendaknya ia menyalahkan diri sendiri. Barangsiapa menyantap ikan dan susu sekaligus lalu terkena penyakit kusta, lepra atau encok, hendaknya ia menyalahkan dirinya sendiri. Barangsiapa memakan susu dengan jus buah sekaligus lalu terkena penyakit kusta atau encok, hendaknya ia menyalahkan dirinya sendiri. Barangsiapa bermimpi basah dan tanpa mandi lalu menggauli istrinya, kemudian dari persetubuhan itu lahir anak yang gila atau idiot, hendaknya ia menyalahkan diri sendiri. Barangsiapa banyak memakan telur rebus dingin lalu terkena asma, hendaknya ia menyalahkan diri sendiri. Barangsiapa bersetubuh tapi tidak menuntaskannya, kemudian ia terkena kencing batu, hendaknya ia menyalahkan diri sendiri. Barangsiapa melihat wanita pada waktu

malam lalu terserang kelumpuhan wajah atau penyakit lain, hendaknya ia menyalahkan diri sendiri.

Ibnu Al-Bukhtayasu menyatakan, "Jangan makan telur dan ikan secara bersamaan karena dapat menyebabkan mencret atau ambeien dan sakit gigi. Terlalu banyak makan telur dapat menimbulkan gatal-gatal pada wajah. Memakan yang asin-asin, ikan asin atau melakukan gurah sesudah mandi dapat menyebabkan panu dan eksim. Sering makan ginjal kambing dapat menimbulkan sakit kandung kemih. Mandi dengan air dingin setelah makan ikan segar dapat menyebabkan mencret. Bersetubuh dengan wanita haid dapat menyebabkan lepra. Bersetubuh tanpa menyentuh air sesudahnya dapat menyebabkan kencing batu. Berlama-lama di luar rumah dapat menimbulkan sakit membandel.

Hipokrates menyatakan, "Sedikit makan yang berbahaya lebih baik daripada banyak memakan yang berkhasiat ." Ia juga menyatakan, "Selalulah menjaga kesehatan dengan tidak malas bekerja, dengan tidak terlalu banyak makan dan minum."

Sebagian orang bijak mengatakan, "Barangsiapa ingin sehat, hendaknya ia mengatur makannya dengan baik. Hendaknya ia makan dengan hati-hati dan minum di saat haus, sedikit minum air, meluruskan badan setelah makan dan berjalan beberapa langkah setelah makan malam. Jangan tidur dalam keadaan kenyang, jangan masuk kamar mandi setelah makan. Satu kali makan di musim kemarau nilainya lebih baik dari sepuluh kali makan di musim dingin. Makan dendeng daging kering di malam hari dapat mempercepat ajal. Bersetubuh dengan wanita tua dapat mempercepat penuaan orang yang masih muda, membuat sakit badan orang yang sehat."

Ungkapan yang sama diriwayatkan dari Ali ra, namun riwayatnya tidak shahih. Meskipun demikian, sebagian isinya benar dari ucapan al-Harits bin Kaladah, tabib bangsa Arab, juga dari ucapan para ahli kesehatan lainnya.

Al-Harits berkata, "Barangsiapa ingin panjang usia, meskipun hidup abadi adalah mustahil, harus makan siang dan makan malam

pada waktunya, mengenakan pakaian yang lembut dan menghindari aktivitas berlebihan."

Ia juga berkata, "Empat hal dapat melemahkan tubuh: bersetubuh ketika lapar, mandi ketika kenyang, makan daging yang dikeringkan dan bersetubuh dengan wanita tua."

Menjelang kematian Al-Harits, orang-orang datang menjenguknya dan berkata, "Berilah kami nasihat yang dapat kami amalkan setelah engkau wafat." Ia berkata, "Menikahlah dengan wanita muda, makanlah buah-buahan masak pada musimnya, jangan mencari obat-obatan ketika tubuh masih dapat menahan penyakitnya. Cucilah perutmu sekali sebulan (dengan muntah secara sengaja) untuk mengurangi lendir, membunuh kuman dan menumbuhkan daging. Jika salah seorang dari kalian makan siang, hendaklah ia berbaring selama sejam; setelah makan malam, hendaklah ia berjalan minimal 40 langkah sebelum tidur."

Seorang raja pernah berkata kepada seorang dokter pribadinya, "Engkau tidak akan selamanya bersamaku, berilah aku resep yang dapat aku gunakan setelah engkau tiada." Dokter itu berkata, "Nikahilah wanita muda, makanlah daging segar dan minumlah obat ketika engkau betul-betul sakit. Makanlah buah-buahan masak pada musimnya dan kunyahlah makanan dengan baik. Setelah makan siang engkau boleh langsung berbaring. Setelah makan malam, jangan tidur sebelum berjalan sebanyak 50 langkah. Jangan makan kecuali setelah engkau lapar dan jangan memaksakan dirimu untuk bersetubuh atau menahan kencing. Dinginkanlah panas karena dapat menyebabkan engkau letih. Jangan makan ketika perutmu masih penuh makanan dan jangan memakan makanan yang tidak dapat dikunyah gigimu karena perutmu tidak akan mampu mencerna makanan itu. Berusahalah untuk muntah seminggu sekali untuk membersihkan perutmu. Darah adalah harta terbaik di dalam tubuhmu, maka janganlah engkau mengeluarkannya kecuali jika sangat dibutuhkan. Mandilah karena mandi dapat mengeluarkan unsur yang tidak dapat dikeluarkan oleh obat.

Imam Syafi'i berkata: Empat hal dapat menguatkan tubuh: memakan daging, mencium minyak wangi, sering mandi dan memakai kain katun. Empat hal dapat melemahkan tubuh: melakukan hubungan seksual berlebihan, sering murung, terlalu banyak minum ketika perut kosong dan makan asam terlalu banyak. Empat hal menguatkan penglihatan: duduk menghadap Ka'bah, memakai celak sebelum tidur, melihat yang hijau-hijau dan membersihkan tempat pertemuan. Empat hal dapat melemahkan penglihatan: melihat kotoran, memandang salib dan memandang kemaluan wanita serta duduk membelakangi kiblat. Empat hal dapat menambah kekuatan seksual: memakan daging anak burung, memakan jamur *truffle*, makan buah kenari hijau dan makan *carob* (buah polong manis yang dapat dimakan dari pohon Mediterania). Empat hal dapat mempertajam otak: menghindari pembicaraan yang tak perlu, bersiwak, duduk bersama orang-orang shaleh dan berkumpul dengan orang-orang alim.

Plato berkata: Lima hal yang dapat merusak tubuh dan bahkan bisa mengakibatkan kematian adalah kikir ketika kaya, meninggalkan orang-orang yang dicintai, sering marah, menolak nasihat dan orang-orang bodoh yang menertawakan orang pintar.

Dokter al-Ma'mun berkata, "Berpegang teguhlah pada lima perkara yang apabila orang menjaganya maka ia tidak akan pernah menderita sakit selain kematian: tidak makan ketika masih kenyang, tidak makan makanan yang tidak mampu dikunyah gigi karena perutmu tak akan mampu mencernanya, tidak terlalu sering bersetubuh karena dapat memperpendek umurmu, tidak bersetubuh dengan wanita tua karena dapat mengakibatkan kematian mendadak, tidak berbekam jika tidak betul-betul membutuhkannya dan muntahlah pada musim panas."

Hipokrates berkata, "Segala sesuatu yang berlebihan berlawanan dengan fitrah tubuh." Galineus pernah ditanya, "Mengapa engkau tidak pernah sakit?" Ia menjawab, "Saya tidak mencampur dua jenis makanan yang tidak baik secara bersama-sama, saya tidak makan

sebelum saya lapar dan saya tidak menyimpan makanan dalam perut yang dapat mengganggu."

Galineus berkata, "Empat hal dapat menyebabkan penyakit: banyak bicara, banyak berhubungan seksual, banyak tidur dan banyak makan." Banyak bicara dapat melemahkan pikiran dan mempercepat penuaan. Banyak tidur dapat mengubah wajah menjadi pucat, membutakan hati, memedihkan mata, membuat orang malas bekerja dan menyebabkan kelembaban berlebihan dalam tubuh. Banyak makan dapat merusak lambung, melemahkan tubuh dan menyebabkan masuk angin serta penyakit-penyakit berat. Banyak bersetubuh dapat menguras tenaga, melemahkan tubuh, mengeringkan kelembaban tubuh, merelaksasi syaraf, menimbulkan penyumbatan dan kerusakan di seluruh tubuh, terutama otak disebabkan efek psikologis yang menimpanya. Kelemahan otak, yang dapat melemahkan jiwa, lebih buruk daripada kelemahan pada organ lainnya.

Waktu terbaik untuk bersetubuh adalah ketika syahwat sangat kuat terhadap istrinya, terutama ketika sang istri sudah siap dan bergairah. Seks dengan pasangan sah secara berkala membuatnya lebih bernafsu, terutama ketika orang tidak memiliki ganjalan hati dan tidak menggunakannya secara berlebihan. Seks juga baik ketika orang tidak dalam keadaan kenyang atau lapar, tidak setelah melakukan aktivitas fisik berat dan tidak pada cuaca sangat panas atau sangat dingin. Jika orang memperhatikan sepuluh hal ini, maka seks akan menyehatkan. Sebaliknya, jika sebagian hal ini diabaikan, kerugian akan timbul setimpal dengan beratnya hal-hal yang diabaikan. Jika orang tidak memperhatikan sepuluh hal ini, ia akan cepat mati.

Melakukan penjagaan secara berlebihan pada waktu sehat sama halnya dengan melakukan kesembronoan pada waktu sakit. Cara penjagaan yang bermanfaat adalah yang seimbang.

Galineus berkata kepada sahabat-sahabatnya: Jauhi tiga hal dan jagalah empat hal, maka engkau tidak membutuhkan dokter lagi. Jauhi debu, asap dan bau busuk. Manfaatkanlah lemak, minyak wangi,

manisan dan mandi. Jangan makan berlebihan, jangan membersihkan kotoran gigi dengan batang *badzaruj* dan kayu kemangi. Jangan makan buah pala di waktu sore. Jangan tidur pada saat banyak lendir di bagian belakang kepala. Jangan makan saat depresi. Jangan berjalan cepat ketika mimisan karena dapat menyebabkan kematian. Jangan muntah ketika sakit mata. Jangan banyak makan daging pada musim kemarau. Orang yang terkena demam karena kedinginan hendaknya tidak tidur di bawah sinar matahari. Jangan makan terong yang terlalu masak. Orang yang biasa minum secangkir minuman hangat di musim dingin akan terbebas dari berbagai macam penyakit. Barangsiapa mengurut tubuhnya dengan kulit delima saat mandi akan bebas dari penyakit kulit dan gatal-gatal. Barangsiapa makan lima bunga iris (sejenis teratai) dicampur dengan sedikit bunga *mushthaqi* Rumania, kayu cendana mentah dan kesturi maka lambungnya tidak akan lemah dan rusak seumur hidupnya. Biji semangka yang dimakan dengan gula dapat membersihkan batu dari lambung dan melancarkan buang air kecil.

Empat hal dapat merusak badan: murung, sedih, lapar dan begadang. Empat hal dapat mendatangkan kebahagiaan: memandangi tumbuhan hijau, buah-buahan, air yang mengalir dan orang-orang yang dicintai.

Empat hal dapat menggelapkan penglihatan: berjalan tanpa alas kaki, melihat orang yang dibenci, orang yang menyusahkan atau musuh pada waktu pagi dan sore, banyak menangis dan memandangi tulisan yang pelik.

Empat hal dapat memperkuat tubuh: mengenakan pakaian lembut, mandi secara rutin, memakan makanan manis dan bergizi serta mencium segala sesuatu yang harum.

Empat hal dapat mengusamkan dan menghilangkan keceriaan wajah: berdusta, sikap kurang ajar, banyak bertanya tanpa dasar dan banyak maksiat.

Empat hal dapat menambah keceriaan wajah: kewibawaan, takwa, menepati janji dan sikap murah hati.

Empat hal dapat menimbulkan kebencian dan kemarahan: sombong, dengki, berbohong dan mengadu domba.

Empat hal dapat mendatangkan rejeki: shalat malam (tahajud), banyak *istighfar* pada malam hari, sedekah dan dzikir setiap pagi dan petang hari.

Empat hal dapat menutup pintu rezeki: tidur di pagi hari, jarang berdoa, malas dan berkhianat.

Empat hal dapat merusak pikiran dan kecerdasan: banyak memakan makanan dan buah-buahan asam, tidur tengkurap, sedih dan murung.

Empat hal dapat menguatkan daya nalar atau pemahaman: ketenangan hati, tidak banyak makan dan minum, pandai mengatur gizi makanan dengan makan yang manis dan berlemak serta mengeluarkan ampas dari tubuh.

Beberapa hal dapat merusak otak: makan bawang merah, sayur, buah zaitun dan terong, terlalu banyak berhubungan seks, menyendiri, banyak pikiran, mabuk, banyak tertawa dan banyak murung. Sebagian orang bijak berkata, "Tiga kali pertemuanku gagal dan aku tidak menemukan penyebabnya kecuali tiga hal: terlalu sering makan terong pada hari pertama, terlalu banyak makan zaitun pada hari kedua dan terlalu banyak makan sayur pada hari ketiga."

Kami telah menyajikan pembahasan yang baik berkaitan dengan sub-sub pembahasan ilmiah dalam ilmu pengobatan. Kemungkinan besar pembahasan serupa tidak dapat ditemukan di buku lain. Kami telah memperlihatkan betapa eratnya ajaran syariat dengan ilmu kedokteran. Kami juga telah menunjukkan bahwa ilmu pengobatan cara Nabi jauh lebih baik bila dibandingkan dengan ilmu kedokteran modern, dengan ilmu pengobatan kaum Badui atau orang-orang awam.

Hal yang sebenarnya jauh melampaui apa yang telah kami paparkan, lebih tinggi nilainya dari sekadar yang telah kami sampaikan. Namun pembahasan kami dapat mengingatkan orang terhadap banyak hal di balik itu. Orang yang tidak dikaruniai pemahaman yang benar

secara rinci hendaknya menyadari adanya energi di balik wahyu dari Allah serta berbagai ilmu yang Allah berikan kepada para Nabi. Lalu bandingkan semua itu dengan ilmu para ilmuwan sekuler.

Mungkin orang bertanya, "Apa relevansi antara petunjuk Nabi dengan persoalan ini dan penyebutan berbagai energi obat-obatan, kaidah ilmu kedokteran dan cara menjaga kesehatan?"

Pertanyaan itu menunjukkan kurangnya pemahaman tentang ajaran Nabi. Pemahaman dan ilmu yang sempurna tentang Allah dan Rasul-Nya merupakan nikmat yang Allah limpahkan kepada siapa saja yang Dia kehendaki di antara makhluk-Nya.

Kami telah menjelaskan tiga dasar ilmu pengobatan dari Al-Quran. Maka bagaimana mungkin kita mengingkari syariat Nabi yang membawa ajaran itu untuk kemaslahatan dunia termasuk kemaslahatan bagi jasmani dan hati? Agama Islam memberi petunjuk tentang cara menjaga kesehatan dan menyingkirkan berbagai bahaya dengan berbagai cara yang kompleks. Perincian tuntunan kesehatan itu sesuai dengan fitrah, akal sehat, analogi, *tanbieh* dan isyarat yang tepat. Hal serupa juga bisa diperoleh dalam pembahasan ilmu Fiqih. Maka kita tidak boleh antipati terhadap sesuatu yang belum kita ketahui.

Jika seorang hamba sudah diberi karunia untuk mendalami Kitabullah dan Sunnah Rasul secara sempurna serta berbagai implementasinya, ia tidak membutuhkan pembahasan lain. Bahkan dari kedua sumber ilmu itu ia dapat mengambil kesimpulan untuk berbagai disiplin ilmu. Poros dari seluruh ilmu adalah pengenalan terhadap Allah, perintah-Nya dan ciptaan-Nya. Semua itu diserahkan kepada para Rasul karena merekalah ciptaan Allah yang paling mengenal Dia, perintah-Nya dan ciptaan-Nya, paling memahami hikmah di balik ciptaan dan perintah-Nya.

Ilmu kedokteran yang dimiliki oleh para pengikut Rasul lebih tepat dan lebih berkhasiat daripada ilmu kedokteran manusia lainnya. Ilmu kedokteran dari pengikut Nabi terakhir, yaitu Nabi Muhammad s.a.w, sudah tentu paling tepat dan paling berkhasiat. Orang yang dapat menyadari kehebatan ilmu kedokteran Nabi adalah orang yang telah

menguasai ilmu kesehatan manusia kemudian membandingkannya dengan ilmu kesehatan dalam Al-Quran dan Al-Hadits. Umat Nabi Muhammad adalah umat yang paling sehat fitrah dan akalnya, paling tinggi ilmunya dan paling dekat dengan kebenaran. Mereka adalah umat terbaik pilihan Allah di antara seluruh umat, sebagaimana Rasul mereka adalah Rasul terbaik pilihan Allah di antara seluruh Rasul. Ilmu, hikmah dan kesantunan yang Allah anugerahkan kepada umat Muhammad tidak dapat ditandingi oleh siapapun.